

## Online-Veranstaltungen im B+ Zentrum

Da Präsenzveranstaltungen derzeit nicht möglich sind, bietet das B+ Team Sport, Kultur und Genuss online auf der Homepage [www.blossenau.de](http://www.blossenau.de) an. Die meisten Angebote sind kostenlos! Über eine Wertschätzung freuen wir uns sehr (Mitgliedschaft, Spende, Onlinewerbung auf der Homepage). Mehr Infos unter [www.blossenau.de/Info](http://www.blossenau.de/Info)

### SPORT

Mehrere Videos zum Download: **Bodyforming** mit Tina Enghard, **Workout gegen Corona-Langeweile** und **Hanteltraining** mit Diana Ellinger und Tamara Reile.

Wöchentliches **Live-Workout** mit Tina Enghard (Anmeldung per WhatsApp 0171 7024599)

### WELLNESS

**Locker und beweglich mit Feldenkrais Live-Online** mit Liss Stengel jeden Dienstag 18.30 Uhr. Anmeldung: [www.liss-stengel.de](http://www.liss-stengel.de) (Termine), 10 Euro pro Stunde

**Entspannungstipps** (pdf) von Veronika Gastl und Eva Maria Kirschner

### KULTUR

Geschichten und Gedichte vom **Autorenclubs Donau-Ries** als Video, Audio und pdf.

Videos, CDs und Geschenkideen von der **Geschichtenerzählerin Ulrike Mommendey**. Kinder lieben die tierische **Quasselbande**, die viele lustige Abenteuer erlebt.

Die Youtube-Videos von **Kerstin und Sepp Egerer** sind witzig und hintergründig und machen einfach gute Laune. **Der kleine Zimmerlump** entdeckt die aufregende Welt unseres Körpers. Der **Zauberer Schnitzel** erlebt in Knedlhausen an der Soß tolle Abenteuer.

### GENUSS

In der B+ Erlebnisküche wird online gekocht und gebacken. Es gibt leckere Rezepte zum Nachmachen von Profis wie Uli Großmann, Ingrid Eicher, Alexandra Zawinell und von der Kräuterliesl als pdf zum Download

**Alle großen und kleinen Hobbyköch\*innen sind herzlich eingeladen Lieblingsrezepte, Back- und Kochtricks zu schicken (gerne mit Foto oder selbstgemaltem Bild)**. Sie werden auf der Homepage veröffentlicht. Am Ende soll ein tolles Kochbuch entstehen. Alle, die mitmachen, werden zum Miteinander kochen und genießen mit Musik eingeladen, sobald es wieder möglich ist.

Kontakt: Eva Münsinger, Leiterin B+ Zentrum, 0151 18864740, [info@blossenau.de](mailto:info@blossenau.de)