

tikva

Tikva är en träningsform och avslappningsmetod som vilar på en kristen grund.

*"Du låter mig vila på gröna ängar, du för mig till vatten där jag finner ro".
Psalm 23*



Tikva är för dig som vill leva ett balanserat liv till ande, kropp och själ. Enkla kroppsövningar för ökad rörlighet och smidighet varvas med bibelord till avslappnande musik som är specialskriven för Tikva. Kombinationen hjälper dig att komma ner i varv, förändra negativa tankar och förmedlar hopp till hela dig.



www.tikva.se

Du är med efter egen förmåga vilket gör att alla kan delta oavsett tidigare förutsättningar.

Tikva betyder
HOPP

www.tikva.cc



tikva

Tikva är en träningsform och avslappningsmetod som vilar på en kristen grund.

*"Du låter mig vila på gröna ängar, du för mig till vatten där jag finner ro".
Psalm 23*



Tikva är för dig som vill leva ett balanserat liv till ande, kropp och själ. Enkla kroppsövningar för ökad rörlighet och smidighet varvas med bibelord till avslappnande musik som är specialskriven för Tikva. Kombinationen hjälper dig att komma ner i varv, förändra negativa tankar och förmedlar hopp till hela dig.



Du är med efter egen förmåga vilket gör att alla kan delta oavsett tidigare förutsättningar.

Tikva betyder
HOPP

www.tikva.cc



tikva

Tikva är en träningsform och avslappningsmetod som vilar på en kristen grund.

*"Du låter mig vila på gröna ängar, du för mig till vatten där jag finner ro".
Psalm 23*



Tikva är för dig som vill leva ett balanserat liv till ande, kropp och själ. Enkla kroppsövningar för ökad rörlighet och smidighet varvas med bibelord till avslappnande musik som är specialskriven för Tikva. Kombinationen hjälper dig att komma ner i varv, förändra negativa tankar och förmedlar hopp till hela dig.



www.tikva.cc

Du är med efter egen förmåga vilket gör att alla kan delta oavsett tidigare förutsättningar.

Tikva betyder HOPP

Vi erbjuder Tikvapass!

När:

Var:

Övrigt:



www.tikva.cc

tikva

Tikva är en träningsform och avslappningsmetod som vilar på en kristen grund.

*"Du låter mig vila på gröna ängar, du för mig till vatten där jag finner ro".
Psalm 23*



Tikva är för dig som vill leva ett balanserat liv till ande, kropp och själ. Enkla kroppsövningar för ökad rörlighet och smidighet varvas med bibelord till avslappnande musik som är specialskriven för Tikva. Kombinationen hjälper dig att komma ner i varv, förändra negativa tankar och förmedlar hopp till hela dig.



Du är med efter egen förmåga vilket gör att alla kan delta oavsett tidigare förutsättningar.

Tikva betyder
HOPP

Vi erbjuder Tikvapass!



När:

Var:

Övrigt:

www.tikva.cc

tikva

Tikva är en träningsform och avslappningsmetod som vilar på en kristen grund.

*"Du låter mig vila på gröna ängar, du för mig till vatten där jag finner ro".
Psalm 23*



Tikva är för dig som vill leva ett balanserat liv till ande, kropp och själ. Enkla kroppsövningar för ökad rörlighet och smidighet varvas med bibelord till avslappnande musik som är specialskriven för Tikva. Kombinationen hjälper dig att komma ner i varv, förändra negativa tankar och förmedlar hopp till hela dig.



Du är med efter egen förmåga vilket gör att alla kan delta oavsett tidigare förutsättningar.

Tikva betyder
HOPP

Vi erbjuder Tikvapass!



När:

Var:

Övrigt:

tikva

Tikva är en träningsform och avslappningsmetod som vilar på en kristen grund.

*"Du låter mig vila på gröna ängar, du för mig till vatten där jag finner ro".
Psalm 23*



Tikva är för dig som vill leva ett balanserat liv till ande, kropp och själ. Enkla kroppsövningar för ökad rörlighet och smidighet varvas med bibelord till avslappnande musik som är specialskriven för Tikva. Kombinationen hjälper dig att komma ner i varv, förändra negativa tankar och förmedlar hopp till hela dig.



www.tikva.cc

Du är med efter egen förmåga vilket gör att alla kan delta oavsett tidigare förutsättningar.

Tikva betyder HOPP

Vi erbjuder Tikvapass!

När:

Var:

Övrigt:

