



Neue Yoga-Kurse + Yoga Ü 60

Werde beweglicher, gelassener und trage ein Stück dieser inneren Ruhe, deinem Gleichgewicht zwischen Körper und Geist, mit in den Alltag.

Yoga

Termine: 16.01. - 13.03.18 (8 Stunden) kein Kurs 13.02.18

dienstags von **17.30 bis 18.45 Uhr (1. Kurs)**
von **19.00 bis 20.15 Uhr (2. Kurs)**

Wo: Vereinsheim des TuS Cremlingen (Yoga)

Yoga Ü60

Termine: 15.01. - 12.03.18 (8 Stunden) kein Kurs 12.02.18

montags von **13.30 bis 14.30 Uhr**

Wo: Sporthalle des TuS Cremlingen (Yoga Ü60)

Kosten: Vereinsmitglieder 25.00 €
Nichtmitglieder 60.00 €

Die Kursgebühr ist bitte zur ersten Stunde (gerne per Bank) zu zahlen.

Für die Raum- und Kursplanung bitte ich um eine kurze Rückmeldung.

Kontakt: zock.friese@t-online.de
Handy 0178-4572992

Bitte bequeme Kleidung, eine warme Decke evtl. Kissen und Wollsocken mitbringen.

Ich freue mich auf Dich!

Angela