

# ***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: 10.04. - 29.05.18 (7 Stunden) kein Kurs 01.05.18

**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: 09.04. - 28.05.18 (7 Stunden) kein Kurs 21.05.18

**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](mailto: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