

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: 08.01. - 02.04.19 (12 Einheiten) kein Kurs 05.03.19

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: 08.01. - 02.04.19 (12 Einheiten) kein Kurs 05.03.19

NEU!! **dienstags** von **16.15 bis 17.15 Uhr**

Wo: Vereinsheim 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 ab 19.11.2018)

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

Ich freue mich auf Dich!

Angela