



Der Weg zur Entspannung, Lebensbejahung und Gesunderhaltung

Yoga wirkt Wunder bei vielfältigen Problemen,
wie zum Beispiel:

- Stress, Sorgen mit der Figur
- Älterwerden, Energieverlust
- Verdauungsstörungen,
- Kranken oder schwachem Rücken
- Atembeschwerden

Bitte bequeme Kleidung, ein kleines Kissen, Handtuch und dicke Socken sowie etwas zum Trinken mitbringen.



Wann? Montags (Termine s. u.)

Uhrzeit: 9.00 – 10.30 Uhr

Ort: WMTV-Gymnastikhalle

Anmeldung: für 07.01.- 08.04.19 (= 13x)

Kurs-Nr. 8229-51

Mitglieder 29,25 € / Externe: 87,75 €

N

E

U

für 29.04. – 08.07.19 (= 10 x)

Kurs-Nr. 8229-52 (= 10 EH)

Mitglieder: 22,50 € / Externe: 67,50 €

Leitung: Angelika Boms