

Neu im Programm



Beginn: Donnerstag, den 14. September 2017
15:00 bis 16:00 Uhr
Turnhalle in Allerheiligen

Yoga Basic

Einsteigerkurs Vinyasa Yoga

- Yoga im sanften Flow
- Kennenlernen und Üben grundlegender Yoga-Haltungen
- Kräftigung und Dehnung des gesamten Körpers
- Anstrengung und Entspannung zugleich

Für Männer und Frauen mit wenig oder unregelmäßiger Übungspraxis und alle Yoga-Fans.

Kursleitung: Anna-Lena Kasprovicz
(Yogalehrerin)



Ich freue mich auf Euch!
Eure Anna-Lena

Info und Anmeldung bei :
Anna-Lena Kasprovicz
Tel. 01709641737 oder
E-Mail: anna-lena@ruheschmiede.de



www.sv-rosellen.de