



Yoga- Yoga- Yoga

TSV Kirchrode e.V.

Neuer
Kurs



Ab 08. Januar bis 26. März 2019

Dienstag 20:00-21:15 Uhr

Sporthalle der Grundschule Wasserkamp-

96 € für Nichtmitglieder

57 € für Mitglieder

Lerne und praktiziere Yoga auch im Jahr 2019 in Kirchrode! **Es geht weiter!**

Erhöhe Deine Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft, während Deine Gedanken zur Ruhe kommen und Dein Geist klar wird.

Wir üben in der Tradition des Vinyasa Yoga, wobei intensive und dynamische Positionen (Asanas) mit entspannenden Übungen im konstanten Bewegungsfluss aneinandergereiht und mit der Atmung in Einklang gebracht werden. Für Anfänger geeignet,

kostenlose Probestunde ist jederzeit möglich.

Namasté

Anja Wullschläger



TSV Kirchrode e.V.

Mardalstr. 56
30559 Hannover

Telefon: 0511- 528997
Fax: 0511- 5248159
E-Mail: buero@tsv-kirchrode.de