

# YOGA 1 & 2

Erlebe einen dynamischen Yogastil, der Atem und Bewegung auf einzigartige Weise verbindet – körperlich herausfordernd und klar strukturiert.

Genieße kraftvolle Übungen und finde Ruhe im sanften Ausklang, der in einem wohltuenden Shavasana mündet. Entdecke die perfekte Balance zwischen Kraft und Entspannung in unseren Yogastunden.

<b>Preise:</b>	Für Mitglieder 3,75€ pro Termin	Für Nichtmitglieder 7,50€ pro Termin
<b>Termin:</b>	Freitag, Yoga 1: 18:00 - 19:15 Uhr	
<b>Ort:</b>	Sportheim Berghülen	
<b>Leitung:</b>	Sarah Noll	

**2024/4** \*

15.11.2024  
22.11.2024  
29.11.2024  
06.12.2024  
13.12.2024  
20.12.2024

\*Termine können variieren

