

VINYASA 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.

Preise:	Für Mitglieder 3€ pro Termin	Für Nichtmitglieder 6€ pro Termin
Termin:	Freitag, Yoga 1: 18:00 - 19:00 Uhr Yoga 2: 19:30 - 20:30 Uhr	
Ort:	Sportheim Berghülen	
Leitung:	Sarah Noll	

2024/2*

21.06.2024
28.06.2024
05.07.2024
12.07.2024
19.07.2024
26.07.2024
02.08.2024
09.08.2024

*Termine können variieren



Anmeldung unter:
www.tsvberghülen.de/Turnen/kursanmeldung-1