

Neuer Yoga Kurs ab 06.12.2016

Dienstag 16.30-17.45

Entspannungsraum TVL e.V.
Bielefelder Strasse 137

Hatha Yoga 50 Plus

Die sanfte Yogastundunde

Atemübungen, leichte Yogastellungen und
Entspannungstechniken

Dieser Kurs ist besonders für Menschen geeignet,
für die ein Training auf dem Boden beschwerlich ist.

Mit Petra Anielski

TV Lenzinghausen e.V. / Entspannungsraum

Anmeldung unter 05225/8748533

Oder persönlich bei einem der Übungsleiter

Begrenzte Teilnehmerzahl