

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	

2024/1 *

12. April
19. April
26. April
03. Mai
10. Mai
17. Mai
24. Mai
31. Mai



*Termine können variieren



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