

Möchtest du fitter und kräftiger werden?

Möchtest du dich sich stressfreier, ausgeglichener und beweglicher fühlen?

Hast du das Gefühl, zu wenig Zeit für dich selbst zu haben?

Dann komm zur **Yoga – AG**

Stärke und definiere deinen Körper und finde durch Meditation zur Ruhe.

 Wann? ~ Donnerstags 8+9 Stunde

 Wo? ~ Gymnastikraum alte Turnhalle

 Bei wem? ~ Frau Lingner

 (zertifizierte Yogalehrerin)