

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)