



TSG Blankenloch

NEUER KURS

YOGA



© AndiP by Pixabay

DIENSTAG | 18 - 19 UHR | Mittelstufe

Der Yoga-Stil orientiert sich am klassischen Hatha-Yoga mit fließenden und kraftvollen Elementen. Hatha- Yoga umfasst vor allem körperorientierte Praktiken:

- | Körperstellungen | Atemübungen
- | Techniken zur Tiefenentspannung

Es soll ein Raum geschaffen werden, in dem man sich ausprobieren darf und zur Ruhe kommen kann.

Kursbeginn

Dienstag 09. April 2024

Anmeldung

online

Ort

TSG Blankenloch
Sporthalle 2
Mühlenweg 4a

Kurs

TSG Mitglieder	45 €*
Nichtmitglieder	110 €*
10 Trainingseinheiten	*incl. UsSt.

Kontakt

turnen@tsg-blankenloch.de
Regina Zimehl
07244 92335



WETTKAMPF | FITNESS | GESUNDHEIT | BEWEGUNGSZENTRUM TSG BLANKENLOCH

Folgt uns



www.tsg-blankenloch.de