



*Gesund ins neue Jahr starten:*

# YIN YOGA Spezial

*Yoga zum Dahinschmelzen*

Yin Yoga ist eine ruhige Yoga-Form, der Fokus hier liegt auf den tieferen Körperschichten, wie dem Bindegewebe und den Faszien. Yin Yoga heißt zur Ruhe kommen und lernen loszulassen.

**Neuer Kurs ab Januar:**

**Montag, 15. Januar bis 26. Februar 2018 (7 Wochen)**  
**11:00 – 12:00 Uhr, Gymnastikraum unter Kantine II**

**Teilnahmegebühr: 60,00 EUR**

(Für Mitglieder des Kurssystems kostenfrei)

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, einfach neugierig und offen sein.

Informationen + Anmeldung  
in der LSV-Geschäftsstelle  
Gebäude 113, Tel: 2919

