



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 März:

Montag, 5. März bis 23. April 2018 (nicht am 2. April)
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

