



SG Buxtehude-Altkloster e.V.

ab 04.10.2023

mittwochs 19:30 bis 21.00 Uhr

Grundschule Stieglitzweg (Gymnastikhalle)

Midweek Yoga

Gebühr für einen Kurs á 10 Stunden: 55,00 €

SG-Mitglieder: 25,00 €

Egal, ob Yoganeuling oder erfahrene/r Yogi/ni, fit oder „eigentlich wollte ich schon länger mal...:“, gestresst oder voller Energie – dieser 10-wöchige Yogakurs ist geeignet für alle, die mit Ruhe, positiver Energie und Gelassenheit in die zweite Wochenhälfte starten wollen.

Eineinhalb Stunden in der Tradition des Sivananda-Yoga nur für Euch, ohne Leistungsdruck und Fitnesszwang, mit jeweiligen Asana-Optionen für jedes Level.

durchatmen, entspannen, Kraft schöpfen !

Kursleiterin: Sabine Hage-Malsch

Anmeldung: SG-Center

Tel.: 04161-81161

Mail: info@sg-buxtehude-altkloster.de