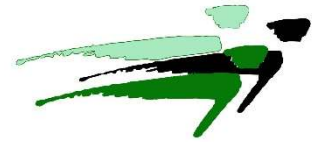




Gesundheitsprogramm

der



 TG GEISLINGEN

Yoga

Yoga ist eine philosophische Lehre, bei der Körper, Geist und Seele in Einklang gebracht werden. Seit Jahrtausenden wird Yoga in Indien praktiziert.

Eine Yogaeinheit besteht aus eine Abfolge von Körper-, Atem- und Entspannungsübungen, die sich positiv auf die Gesundheit und das seelische Wohlbefinden auswirken.

Ich lade Sie herzlich zu meiner Yogastunde ein und würde mich freuen, Sie begrüßen zu können. Gerne dürfen Sie auch eine kostenlose Schnupperstunde machen.

Namaste

Je mehr Du Deinen
Körper beherrschst,
desto bewusster wirst
Du in Deinem Sein

Selvarajan Yesudian



Kursleitung:	Sabine Volk, Yogalehrerin
Zielgruppe:	Junge und alte Yogis Frauen und Männer Anfänger und Erfahrene
Kursdauer:	Donnerstags, 19:30 – 20:30 Uhr, Start am 09.01.2020
Kursort:	TG-Stadion
Gebühren:	79 € bzw. 31 € (für TG-Mitglieder) pro 10 Übungseinheiten

Informationen und Anmeldung:

Sabine Volk, Handy: 0176-200 900 30, Email: sabine-volk@gmx.de