

Yoga für dich



Mit Leichtigkeit und Freude üben wir gemeinsam Yoga. Die Übungen orientieren sich an deinen individuellen Fähigkeiten. Daher ist dieser Kurs für Anfänger oder Wiedereinsteiger eine ideale Gelegenheit, um zu erleben, wie Yoga Körper, Geist und Seele entspannt. Yoga stärkt und stabilisiert die Beziehung zu dir selbst. Du lernst dich und deinen Körper besser kennen.

Wir starten mit einer kostenlosen Probestunde!

Wann: **Dienstags ab 06.10.20 von 19 Uhr – 20 Uhr**

Wo: Familienzentrum Finsterwalderstraße 42, Rosenheim

Unkostenbeitrag: 30 € für 6 Termine

Leitung: **Manuela Großhauser, Yogalehrerin**

Anmeldung und Information im Familienzentrum

Bürozeiten: Mo – Do 8:00 – 12:00 Uhr, Telefon: 08031 7968201,

E-Mail: familienzentrum.fiwa@rosenheim.de