

VINYASA YOGA

Körper, Geist und Seele
im Einklang



**Neuer
Kurs!**

Ab dem
06.10.2021

Vinyasa mit Kristina

Abteilungsleitung: Karin Rolfes • Trainerin: Kristina Koelling

10x

ab 06. Oktober 2021

mittwochs von 19.00-20.30 Uhr

Blau-Weiss Sportzentrum
Haus Süd, Halle II

KURSGEBÜHR:

Mitglieder 65,- €

Nichtmitglieder 75,- €

Lasse dich von deinem Atem durch den Flow leiten und nimm deinen Körper bewusst wahr. Entdecke Muskelgruppen, die dir bisher verborgen blieben und bringe dabei ganz nebenbei Körper, Geist und Seele in Einklang.

Egal wie dein Alltag aussieht, hör auf dein Herz, zieh dir etwas Gemütliches an und komme für deine Auszeit vorbei.

ANMELDUNGEN:

Kristina Koelling

Mobil: 0176-54570783 oder
yoga@blau-weiss-buchholz.de

Ich freue mich auf dich!

Holzweg 6 • 21244 Buchholz

04181 - 89 42 • www.blau-weiss-buchholz.de