

Neue Kurse Januar 2019

Yoga-in Zeiskam

Yoga kann jeder – probiere es als guten Vorsatz im neuen Jahr doch einfach mal aus!



Mittwoch, Yoga für Kids 6-12J. 15.30-16.30 Uhr

Mittwoch, Yoga sanft 9.30-11.00 Uhr

Dienstag, Anfänger/Rücken 18.00-19.30/20.00-21.30 Uhr

Donnerstags, Mittelstufe 18.30-20.00 Uhr

Freitags, Anfänger/Rücken 9.30-11.00 Uhr

Wo: Bahnhofstrasse 37, in Zeiskam

Kosten: Einheit 10,-Euro (8/10/12 Einheiten)

Die Kurse sind als Präventionskurse zertifiziert und werden von den gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen der Prävention bis zu zweimal im Jahr zurückerstattet.

Matten, Decken und Kissen sind vorhanden

Kursleiter: Sabine Grüner-Braun, Ergotherapeutin, Yogalehrerin (BYV), Yogatherapeutin i.A.(BYV)

Weitere Infos unter 06347-919028