

WORKSHOP YOGA AM MORGEN

„DER SCHÖNSTE START IN DEN TAG“

WANN

immer mittwochs
08:15-09:15 Uhr

8 x 1 Std. ab 27. März 2019

Termine: 27.03., 03.04., 11.04., 08.05.,
15.05., 22.05., 29.05., 05.06.

WO

TV Eschersheim
Spiegelsaal

Maybachstr. 14, 60433 Frankfurt

Sport • ist • im • Verein • am • schönsten •
• Machen • Sie • bei • uns • mit •

WWW.TURNVEREIN-ESCHERSHEIM.DE



INHALT

Es werden verschiedene Asanas sowie Atemübungen durchgeführt und die Stunde wird mit Meditation beendet

So werden Spannungen oder Energieblockaden im Körper gelöst und der unruhige Geist wird wieder klar und frisch.

Das passiert eben am besten am Morgen.

TRAINERIN

Sujatha Thirunavukkarasu

KOSTEN

30,00 € Mitglieder

75,00 € Nicht-Mitglieder

BEZAHLUNG

bitte erst nach Erhalt der Teilnahmebestätigung

ANMELDUNG

Anmeldeschluss: 10.03.19
zur Anmeldung bitte das Anmeldeformular verwenden.