

Yoga – Start in den Tag

Beginne jeden Tag mit einem Lächeln !

Starte deinen Morgen mit etwas Zeit für dich. Mobilisiere deinen Körper und schenke dir eine Stunde voller Achtsamkeit. Wir begrüßen auch in der dunklen Jahreszeit die Sonne miteinander, fließen gemeinsam durch einfache, entspannte Flows, die dich aufwecken und dir Energie für den Tag schenken. Alle sind willkommen, es gibt für jeden die passende Variation.

Termin: Donnerstag: 10:15 – 11:15 Uhr
Start: 27.01.2022 !Probetraining für alle!
Ort: Vereinsheim TSG Maisach, Am Strasserwinkel 3
Kursleitung: Fiona Hieninger, Yogatrainerin (Hatha & Vinyasayoga)

Jahresbeitrag: 80 € Mitgliedsbeitrag + 40 € Sport Spezial



: info@tsgmaisach.de

Ausprobieren
lohnt sich!