

***strong and relaxed***

# yoga after work

für Anfänger & Fortgeschrittene

AB 11.  
APRIL

6x für 66 € (+ 1 Nachholtermin)

ab 11.04.22 montags (18.04. pausiert)

von 18:30 bis 19:30 Uhr

OSTEOPAEDICS in Estenfeld

Röntgenstraße 8

Anmeldung unter: [hauck-astrid@gmx.de](mailto:hauck-astrid@gmx.de)



kleine Gruppe, Teilnehmerzahl ist begrenzt

**Der Kurs ist für Alle geeignet, die gerne Yoga praktizieren oder es ausprobieren wollen und Spaß an Bewegung haben. Die Stunde ist kraftvoll und entspannend zugleich - perfekt, um den Tag abzuschließen. Falls du Fragen hast, melde dich gerne!**

**Der Kurs findet nur bei einer Teilnehmerzahl von min. 4 Personen statt, es gelten die gesetzlich vorgeschriebenen Hygienemaßnahmen.**

Was du mitbringen musst: gute Laune, Spaß an Bewegung sowie bequeme Sportkleidung und wenn du hast, eine Yogamatte.

Ich freue mich dich auf der Matte zu sehen!

Deine Astrid

