

GYMNASTIKKURS MIT YOGA-ELEMENTEN



NEU AB SEPTEMBER



DONNERSTAGS

18.30–20 UHR

Liebe Yoga- und Gymnastik-Freunde,

das Interesse für Yoga steigt ständig, daher möchte unser Verein **SV Eintracht Jerxen-Orbke** im kommenden Jahr einen Yoga-Kurs in das Sportangebot aufnehmen.

Ab September bieten wir einen ersten Einstieg an: Einen Gymnastikkurs mit Yoga-Elementen. Ziel ist es, durch sanfte Körperübungen, eine bessere Beweglichkeit des Körpers zu erlangen. Für alle Interessierten, die schon vorab einen Einblick in die Welt des Yogas haben möchten, ist dieser Kurs eine wunderbare Möglichkeit.

Du möchtest gerne eine Auszeit vom Alltag haben und gemeinsam in der Gruppe üben? Dann bist du bei uns richtig – wir freuen uns auf dich!

Alter egal. Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung, Decke, Handtuch,
Kissen, warme Socken und Getränk.

Beginn ab 3. September 2020

Termin donnerstags
von 18.30 bis 20 Uhr

Ort Sporthaus Kick
an der Turnhalle
Lagesche Str. 191, 32756 Detmold

Kosten für Vereinsmitglieder:
6 €/Monat

für Nichtmitglieder:
20 €/Monat



Deine Anmeldung und mögliche
Fragen gerne an mich:

F. Fichna

Mobil 0157 80360892 (12–14 Uhr)

E-Mail sveintrachtyoga@t-online.de

Mehr über uns und unseren
Verein findest du auf

www.wir-bewegen-detmold.de