

„Yoga für Anfänger – 10 Einheiten mit Ines“



Klassisches Yoga für Körper, Geist und Seele!
Mit Körperübungen, der richtigen Atmung,
Entspannung und positivem Denken folgen wir der
Philosophie des Yoga.

**Mitmachen ist auch für Nichtmitglieder des
Kneipp-Aktiv-Club-Knittelfeld möglich.
Gäste sind immer herzlich willkommen.**

- Wann:** ab 22. September 2022 von 17:30 – 18:30 Uhr
(am 22.09.2022 ist eine Schnupperstunde möglich)
- Wo:** Turn- und Festsaal St. Lorenzen
- Kosten:** Kneipp-Mitglieder: € 42,--
Gäste: € 58,--
- Mitzubringen:** bequeme, leichte Kleidung, Matte, Getränk
- Anmeldung:** bis 07. September 2022 bei Ines 0699 14 14 21 21