



Herzliche Einladung zum Yoga auf der Wiese!

Genieße eine kl. Pause vom Alltag,
tu deinem Körper was Gutes mit sanften Asanas
(Yogastellungen) und komme zur Ruhe mit
entspannten Atemübungen.

**IMMER MITTWOCHS UM 8:30 UHR
IM SCHWIMMBAD VIRGEN!**

Jeder kann mitmachen.
Einfach vorbei kommen - ohne Anmeldung!

Ich freue mich schon sehr auf Euch!

Namaste Beate

Hast du Fragen? Melde dich gerne bei mir: 0650/986 02 28