

Hatha-Yoga für Anfänger/innen - Entspannung für Körper und Geist

Do 12.09.2024, 18.00 - 19.00 Uhr

Ort:

Spiegelau, Volksschule Spiegelau

Der Kurs erstreckt sich über 8 Abende á 60 Min. (auch in den Ferien)

- Für diesen Kurs werden im Rahmen der Gesundheitsförderung Zuschüsse von den meisten Krankenkassen gezahlt.

- Bitte mitbringen: Isomatte und/oder Decke, evtl. Kissen, warme Socken.

Mitveranstalter:

KEB

Referentin:

Ulla Molz

Kosten:

48 Euro