

SV Lechbruck am See

Yoga und Entspannung, BenefitYoga® in der Grundschule

Kurs I: Montag 19.00 - 20.15 Uhr, 12 Abende

Kurs II: Dienstag, 19.00 - 20.15 Uhr, 12 Abende

Kursbeginn: Montag, 10. März 2025, Dienstag, 11. März 2025

Kursende: Montag, 23. Mai 2025, Dienstag, 24. Mai 2025
(kein Kurs in den Oster- und Pfingstferien)

Kursort: Musikraum der Grundschule Lechbruck, Siebenbürger Str. 32

Kosten: SV Mitglieder € 120.—
Nicht-Mitglieder € 150.—

Anmeldung: Christa Scherl, BenefitYoga®-Lehrerin, Yogalehrerin BDY/EYU
Tel.: 08862/9886045 oder 0177/3094258, mail: yogatrail@yahoo.de

Yoga fördert die Harmonisierung von Körper, Geist und Atmung. Die Yogahaltungen tragen zur Kräftigung, Flexibilisierung und Entspannung des Körpers bei. Sowohl bereits Yoga Übende als auch Anfänger sind herzlich willkommen. Bitte Matte, Decke, kleines Kissen und warme Socken mitbringen. **Die Kurse sind zertifiziert und werden bei einer Teilnahme von mindestens 80% gemäß § 20 SBG V von den Krankenkassen bezuschusst.**