

Neuer Yogakurs beim BRSV

"Durch sanfte Yoga-Übungen, Meditation und Tiefenentspannung kommt der Geist zur Ruhe und der Körper kann die heilende Kraft der Achtsamkeit erfahren. Yoga kann von Menschen jeden Alters praktiziert werden. Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer mit und ohne Yoga-Erfahrung."



Wann und wo?

- **Mittwoch, 11.03.2020 10:00-11:30 Uhr**
Gymnastikraum im FC-Heim, am Sportplatz 6, Gunzenhausen

Dauer?

- **10 Einheiten à 90 Minuten**

Kosten?

- **Für Mitglieder beim BRSV 60,--€, Nichtmitglieder 85,--€**

Anmeldungen erfolgen ausschließlich über die Geschäftsstelle vom BRSV Gunzenhausen:

Weitere Auskünfte erteilt Frau Claudia Lodes, Telefon 09831/8847618
oder per Mail: info@brsv-gunzenhausen.de