

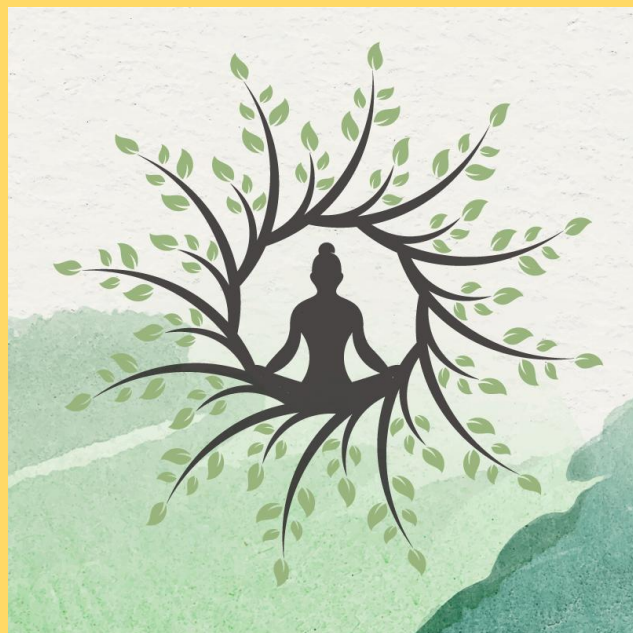
Morgenyoga mit Meli

Mit Yoga in den Tag zu starten, ist ein erfrischendes Erlebnis.

In den Yoga-Stunden stehen du und deine momentane Befindlichkeit im Zentrum.

Yoga hilft dir achtsam zu sein und dein Gleichgewicht zu finden.
Yoga ist ein ganzheitliches Gesundheitserlebnis.

Der Kurs ist für Anfängerinnen, Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters geeignet.



Kursort: Gemeindesaal Egliswil

Zeit: 09.00 - 10.00 Uhr

Daten: Januar: Mi. 07./ 14./ 21.
Februar: Mi. 11./ 18.
März: Mi. 04./ 11./ 18./ 25.
April: Mi. 01./ 22./ 29.
Mai: Mi. 06./ 13./ 20./ 27.
Juni: Mi. 03./ 10./ 24.

Mitbringen: Bequeme Kleidung, Frottiertuch, evtl. Getränk, Yogamatte, falls vorhanden

Kosten: Mitglied FVE Egliswil 10.- / übrige Frauenvereine 12.-

Anmeldung: bei Eveline Häusermann, 076/521 27 44
Spontane Teilnahme auch ohne Anmeldung möglich.