

Ein Angebot des Turnvereins Börnig-Sodingen 1889/90 e.V.



SIE SIND INTERESSIERT AN YOGA-FITNESS

JEDE FRAU
UND JEDER MANN
IST HERZLICH
EINGELADEN

YOGA-FITNESS ist eine energetische Sportart, bestehend aus Atmung, Kraft und viel Energie.

Beweglichkeit, körperliche Blockaden und Gesundheit können durch diesen Sport stark verbessert werden.

Die anschließende Schlussspannung ist wichtig für Geist und Körper!

Kursleitung: Randy Haarmann

Termine: donnerstags 18.00 - 19.30 Uhr
(Einsteiger)
donnerstags 20.00 - 21.30 Uhr

wo? Sportzentrum Falkschule
Castroper Str. 184

Anmeldung
Information

0177 88953589

Kursgebühr
10 Std.

30,00 €
Vereinsmitglieder

60,00 €
Externe



www.tbs-herne.de
www.instagram.com/tbs_herne

