

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

Anmeldung  
Information

0176 81480039

Termine: donnerstags 18.00 - 19.30 Uhr

Kursgebühr  
10 Std.

30,00 €  
Vereinsmitglieder

donnerstags 20.00 - 21.30 Uhr

wo? Sportzentrum Falkschule  
Castroper Str. 184

60,00 €  
Externe



[www.tbs-herne.de](http://www.tbs-herne.de)  
[www.instagram.com/tbs\\_herne](https://www.instagram.com/tbs_herne)

