



Power Yoga

Dynamischer Ganzkörper Flow



Wach und energiegeladen

**Kraft und Beweglichkeit für Arme,
Schultern, Rücken und Bauch.**

Yoga wie Yoda - bringe deine beste Version in dir
hervor!

**Einfach anmelden und beim kostenlosen Probetraining
dabei sein!**

Bitte Matte, Decke, Kissen, Handtuch und Mineralwasser
mitbringen!

-----Neue Uhrzeit-----

Kurstermine Dienstags von 20.15 Uhr bis 21.15 Uhr

Informationen - Fragen - Anmeldung:

Selina Runte (ausgebildete Yogalehrerin)

Tel: 0163 - 403 55 19 • Mail: selinarunte@gmail.com

TSV Sprötze - mit Spaß fit und gesund!