

NEUER KURS !

Mittwochs, 19:45 – 20:45 Uhr

Mindful Movement mit Mercè

- ✓ fließende Bewegungen
- ✓ sanfte Atemübungen
- ✓ geführte Meditationen für deine innere Balance



- **Kurstermine:**
- 8 x mittwochs, im Vereinshaus OG
- **Mitzubringen: Matte, Handtuch, Sitzkissen & etwas zu Trinken**
- Weitere Infos und Anmeldung bei Mercè, zertifizierte Yoga-Trainerin und Meditationsleiterin: 0172 – 44 65 173
- Kosten:
- Für Mitglieder: Vereinsbeitrag Sparte Yoga
- Für Nicht-Mitglieder: 40,00 Euro
- Bitte überweise den Betrag

TSV Sprötze e.V. Volksbank Lüneburger Heide
IBAN: DE 19 2406 0300 2403 4207 00

