

Bürgerverein *"Die Gisselberger"* e.V.



Liebe Vereinsmitglieder, liebe Gisselberger*innen,
der Bürgerverein freut sich über ein **neues Angebot!**
Es besteht die Möglichkeit bei entsprechender Beteiligung einen
YOGAKURS anzubieten.

**Yogakurs in Gisselberg, mittwochs von 19.45 bis 20.45 im
Bürgerhaus**

Leitung: Martina Lameli

Beginn: Mi, 25. September 2019

Beim Hatha-Yoga werden Körperhaltungen, Atem- und Entspannungstechniken
geübt, um flexibler und widerstandsfähiger zu werden, so dass der Tag mit
Gelassenheit beendet werden kann.

Eine normale Belastbarkeit wird vorausgesetzt.

Mitzubringen sind eine Yogamatte und eine Decke.

Teilnehmende sind/werden über eine Mitgliedschaft beim Bürgerverein
„Die Gisselberger“ versichert.

Anmeldungen erfolgen über bvdiegisselberger@gmx.de oder telefonisch über
Marianne Günther Tel.:7379

Ich freue mich über euer Kommen! Namasté!

Martina Lameli