

**Mai 2024**

YOGA im Tutzinger Ruderclub



***Auf zum Sommer- Yoga, Kursbeginn, 4-er Block ist nach den Pfingstferien!***

Yoga-Übungen, „Asanas“ verbessern die **Flexibilität, Rumpfkraft und das Gleichgewicht!**

**Kursleiter:** Mahendran Munisamy

*... auch für Yoga-Einsteiger\*Innen geeignet!*



**Wann: Donnerstag, Beginn ca. 20:10 Uhr** nach dem Anfängertraining

**Wo:** Im Clubhaus, **bei gutem Wetter natürlich draußen!**

**Termine:** (4x75min jeweils Donnerstag): **06. Juni, ~~13.06.~~, 20.06., 27.06 und 4.7.2024**

**Kosten:** ab € 50,- bis max. € 67,-/Kursblock (abhängig von der Anzahl der Teilnehmer\*Innen).

**Anzahl Teilnehmer\*Innen:** Min. 6, max. 8 Personen

**Teilnahmebedingungen!**

**Vorabmeldung erforderlich.** Die Anmeldung ist verbindlich und gilt für die vier Kursstunden; Bezahlung bei Kursbeginn; keine Kostenerstattung, sollten Teilnehmer\*innen einzelne Termine nicht wahrnehmen.

**Info und Kursanmeldung** per Mail bei ...

**Mildred Steidle**, [m.steidle@organic-services.com](mailto:m.steidle@organic-services.com) Tel: 0151 46748807

Betreff: **Anmeldung zum Sommer 4-Block Yoga**