



YOGA (Erwachsene)

Anfänger: Jeden Dienstag ab 3.3., 19-20.30 Uhr
im Fit&Fun Neumarkt

Fortgeschritten: Jeden Mittwoch ab 4.5.,
19-20.30 Uhr in St. Marein

Mitbringen: bequeme Kleidung, Kissen, Decke und
falls vorhanden Yoga- o. Gymnastikmatte



Kinder



In Zeiten von Reizüberflutung auf allen Ebenen ist Yoga auch für Kinder wichtig geworden. Kinderyoga macht Spaß, baut Stress ab und fördert eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung!

Wann? Jeden **Mittwoch** ab 11.3., **17 - 18 Uhr**

Wo? **Kinderhaus St. Marein**

Jeder ist herzlich zur ersten Schnupperstunde eingeladen!

Infos und Anmeldung unter 0699/11049154

Ich freue mich auf Dich! Sabrina Hasler