



Angebot des Familienzentrums Peppino

Das Familienzentrum in Kooperation mit Dirk Stresius bietet einen Yogakurs für Erwachsene an:



Schnupper -Abend zum Kennenlernen

Der Abend ist ein Mix aus verschiedenen Übungen, Entspannung, Atem und Bewegung.

Für alle Anfänger und neugierige die mich und die Art der Yogastunde kennenlernen möchte.

Datum: 16.2.2024 weitere Termine folgen

Start: 18:00 – 19.30 Uhr

Kursleiter: Dirk Stresius (Yoga u. Meditationslehrer)

Gebühr: 15 Euro (vor Ort)

Ort: Peppino, Turmstr.14 a, 52465 Inden

Bitte mitbringen, wenn vorhanden: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung.

Bei ausreichenden Anmeldungen findet der regelmäßige Kurs immer mittwochs für 10 Einheiten statt.

Bitte melden Sie sich verbindlich bis zum **09.02.2024** im Familienzentrum Peppino unter der Telefonnummer 02465-2242