

URBANES

# YOGA



Foto: pixabay.de

NEU!

## URBANES YOGA

Mittwoch  
20.00-21.00 Uhr

Karstenstr. 22  
(neue Halle)



BLANKENESER MTV von 1883 e.V.

[www.blankeneser-mtv.de](http://www.blankeneser-mtv.de) | Tel.: 040-870 68 52



URBANES

# YOGA



Der Kurs findet im Freien  
und in der neuen Turnhalle  
der Gorch Fock Schule/  
Karstenstraße 22,  
je nach Wetterlage, statt.

Wir üben Asanas aus dem  
**HATHA-YOGA**  
und wollen damit  
Körper, Geist und Seele stärken.  
Zum Abschluss der Stunde  
gibt es eine  
Entspannungsphase,  
so dass ihr gestärkt und  
entspannt nach Hause geht.

Ich freue mich auf euch  
und das gemeinsame Üben.

Herzliche Grüße,

Daniela Drevs

(Kursleitung)

