



Stark & entspannt durch den Tag



Du sitzt viel?

Dann bietet dir Hatha-Yoga Dehnung und Bewegung, vor allem rund um die Wirbelsäule.

Du bist viel auf den Beinen?

Gönne dir Ruhe und Entlastung für Rücken und Beine.

Der Tag fordert deine ganze Konzentration?

Regina Christ-Zimmerhackls Übungen unterstützen dich dabei zu entspannen und etwas für dein Wohlbefinden zu tun.

Beginn Donnerstag, 01. Februar 2024

17:15 Uhr – 18:15 Uhr

Dorfhaus Neubronn

7 Einheiten zu je 60 Minuten

35,- € für Mitglieder des Yoga-Vereins

56,- € für Nichtmitglieder

Anmeldung und Rückfragen unter

Regina.christ64@gmx.de