



MARKTGEMEINDE
AIGEN-SCHLÄGL



Yoga

mit Lucia

Fließend ausgeführte Dehnungs- und Kräftigungsübungen in Verbindung mit der Atmung verbessern die Beweglichkeit und Körperwahrnehmung und haben eine wohltuende, ausgleichende Wirkung auf Körper und Geist.

Bitte eine geeignete Matte und eventuell eine Decke mitnehmen.



WANN
ab 01.05.2024 um 19:00 Uhr

KURSLEITERIN
Lucia Simmel

WO
Turnsaal der Volksschule
Aigen-Schlägl

KOSTEN
€ 35,- (6 EH)

ANMELDUNG
07281/6255-22 oder
birgit.hoeglinger@aigen-schlaegl.at