

Flow & Stretch am Freitag

Balance, Stärkung und Entspannung mit Yoga beim SC Urania

Steige auf die Yoga-Matte und genieße deine wohltuende Auszeit vom Alltag: Unser Vinyasa Kurs bietet dir die perfekte Gelegenheit, deinen Körper zu stärken, deine Flexibilität zu verbessern und einen bewussteren Atem zu finden. Egal, ob du Anfänger*in oder bereits erfahrener Yogi bist – hier sind alle Level willkommen!

Wann?

Freitag
18:00 bis 19:00 Uhr

Wo?

Sportzentrum SC Urania
(Habichtstraße 14)

Kosten für 12 Einheiten

120 € für Externe
95 € für Mitglieder

Yoga-Lehrerin: Caroline Schmiechen



Gönne dir wertvolle Zeit für dich selbst und spüre, wie Yoga deine Energie aktiviert und dich gleichzeitig zur Ruhe bringt. Genieße eine harmonische Stunde voller Entspannung, Kräftigung und Achtsamkeit in angenehmer Atmosphäre.

Jetzt anmelden unter yoga@scurania.de!



Schaut regelmäßig auf unserer **Webseite** www.scurania.de/yoga vorbei, um aktuelle Informationen zu Angeboten und Neuigkeiten zu erhalten oder schreibt zur Anmeldung oder bei Fragen eine Email an yoga@scurania.de.

