

Yoga Form & Flow



Du möchtest dich im Entspannen üben und Stress abbauen, ohne auf Kraft und Beweglichkeit zu verzichten.

Mit Form & Flow erwartet dich ein Wechsel aus belebenden und stärkenden Yoga Asanas und stresslösenden, entspannenden Passagen.

Aufgrund der Vielzahl der Variationen ist diese Klasse für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte Yogamatte mitbringen.

Ich freue mich auf dich!



TERMINE

 Dienstag

 09:00 - 10:15 Uhr

 VfL Turm

ANSPRECHPARTNER

 Nadine Messinger

 messinger.nadine@gmail.com

ANMELDUNG

 07 31 / 260 35

 info@vflulm.de

Ulm vereint!