



# TSG Blankenloch

# NEUER KURS

# YOGA



© AndiP by Pixabay

## DIENSTAG | 18 - 19 UHR | Mittelstufe

Der Yoga-Stil orientiert sich am klassischen Hatha-Yoga mit fließenden und kraftvollen Elementen. Hatha- Yoga umfasst vor allem körperorientierte Praktiken:

- | Körperstellungen | Atemübungen
- | Techniken zur Tiefenentspannung

Es soll ein Raum geschaffen werden, in dem man sich ausprobieren darf und zur Ruhe kommen kann.

### Kursbeginn

Dienstag 09. April 2024

### Anmeldung

online

### Ort

TSG Blankenloch  
Sporthalle 2  
Mühlenweg 4a

### Kurs

TSG Mitglieder	45 €*
Nichtmitglieder	110 €*
10 Trainingseinheiten	*incl. UsSt.

### Kontakt

turnen@tsg-blankenloch.de  
Regina Zimehl  
07244 92335



WETTKAMPF | FITNESS | GESUNDHEIT | BEWEGUNGSZENTRUM TSG BLANKENLOCH

Folgt uns



[www.tsg-blankenloch.de](http://www.tsg-blankenloch.de)