

7.
März



Frühlingserwachen mit Yoga

Samstag, 7.3. 10.30-12.30 Uhr

Der Frühling steht für Neubeginn, Wachstum und frische Energie. In diesem Yoga-Workshop lade ich dich ein, die Schwere des Winters loszulassen und dich bewusst auf die aufblühende Jahreszeit einzustimmen.

Mit fließenden Bewegungen, aktivierender Atmung und ruhigen Momenten der Entspannung schaffen wir Raum für Leichtigkeit, Klarheit und neue Kraft.

Yogamatte und Trinkflasche bitte mitbringen.

Kursleiterin: Eve Berns

www.tsvgutsmuths-berlin.de, info@tsvgutsmuths-berlin.de

Anmeldung zeitnah in der Geschäftsstelle 030 393 24 40

Beitrag: 25,00 Euro

IBAN: DE38 1001 0010 0015 1501 04 BIC: PBNKDEFF

TSV GutsMuths 1861 e.V., Wullenweberstr. 15, 10555 Berlin