



Yoga am See im Sommer 2021

In einer Kooperation mit dem TV bietet der neugegründete Verein „yoga hilft am see e.V.“ (<http://yoga-hilft-am-see.de>) Yoga am See an.

- Was: Hatha Yoga
Körperübungen (Pranayama und Asanas für Stärke und Flexibilität) und Meditation,
das hilft den Geist zur zu Ruhe bringen und uns in einen Zustand der inneren Freude zu bringen
- Wann: freitags, von 9.00 - 10.30 Uhr (von 11.Juni - 20.August), bei ungünstigem Wetter fällt es aus
- Für: jede*n, mit und ohne Yoga Erfahrung
- Ort: Wiese am Turnerheim TV Radolfzell, Strandbadstr.19
- Kosten: Spende für „yoga hilft am see e.V.“
- Kursleitung: Gaby Fezer, Yoga Lehrerin und Systemische Beraterin
- Kontakt: Gaby Fezer, 0171- 1623 042
- Anmeldung: nicht erforderlich, bei Fragen gerne per Signal schreiben
- Matte und Sitzerrhöhung bitte mitbringen.

Bitte die aktuellen Pandemiebedingungen beachten:

Es müssen alle Teilnehmer*innen einen tagesaktuellen Schnelltest oder einen Impfnachweis (2. Impfung plus zwei Wochen) oder einen Nachweis für Genesung von Covid 19 vorweisen.

