
YOGA & ENTSPANNUNG

... Erholen, Kraft tanken, bei sich ankommen ...

Total entspannt und danach trotzdem konzentriert und gut gelaunt? Geht das denn?
Ja das geht! Mit Yoga können sich Körper und Geist harmonisieren.
Schon nach wenigen Stunden fühlst du dich fitter und entspannter und kannst sogar deine schulischen Leistungen verbessern.
Ich freue mich auf dich.

Ort: Aula

Zeit: Mi: 14.00-15.30 Uhr

Dauer: 90 min

Klasse: 5-10

Anzahl: 10-12

