



After Work Yoga

Am Donnerstag, 08.02.2024

von 14:00 – 15:30

oder

von 16:00 – 17:30Uhr

wo: Mercedes-Benz Kundencenter

mit: Barbara von Köller

in Kooperation mit der SG-Stern Bremen

Hast du Lust auf eine Auszeit vom Büro-Alltag?
Bist du auf der Suche nach mentaler und körperlicher Ausrichtung
durch Yoga?

Wenn du Interesse an einer kurzen Einführung und an einer sanften
Yogapraxis hast, um vielleicht mit dem alten Vorurteil aufzuräumen:
ich kann kein Yoga...
dann rolle deine Matte aus, und lass uns gemeinsam praktizieren!

Was du hierfür brauchst: keine Vorkenntnisse, aber nach Möglichkeit eine
Matte und bequeme Kleidung.

Nach der Praxis gibt es Tee und die Möglichkeit eines Austausches!

Wir freuen uns über deine Anmeldung zu einer der beiden Yogastunden
über die SG-Stern Homepage
<https://www.sgstern.de/kurs/afterwork-yoga/>

Kostenbeitrag: 10€ für SG-Stern Mitglieder, 20€ für Nichtmitglieder

www.meerverliebtundyoga.com
Barbara von Köller