

enjoy  
summer



YOGA

**FIT mit  
YOGA auch im  
SOMMER 2021**

für ALLE in ZILLINGTAL

Jetzt wieder möglich: **HATHA YOGA** mit den Trainerinnen JUDIT und MICHAELA für ALLE angeboten. **Einstieg jederzeit möglich!**

Teilnahme möglich unter Einhaltung der 3-G-Regel und der weiteren gesetzl. Maßnahmen zur CoVid-19 Prävention (Abstand, Hygienemaßnahmen)

**Steigern Sie mit uns Ihr Wohlbefinden!**

**YOGA:**

- ☯ Steigert Vitalität und Energie
- ☯ Verbessert das eigene Körpergefühl
- ☯ Reduziert Verspannungen und Schmerzen
- ☯ Verzögert den Alterungsprozess
- ☯ Führt zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit
- ☯ Ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der für jeden geeignet ist

Wann: **jeden Freitag von 18:30 – 20:00 Uhr (keine Sommerpause!)**

Wo: **Veranstaltungszentrum Zillingtal**

Bitte um Voranmeldung: **Marlis Rupprecht, 0664 73859046**

Kosten: **€ 15,00 pro YOGA-Einheit – 10er Block € 140,00**

**Erstes Schnuppertraining nur € 10,00!**

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**