



Hatha-Yoga

Mittwoch 18:00 – 19:00 Uhr
19:15 – 20:15 Uhr

Hatha-Yoga bringt Körper, Geist und Seele mit sanften Bewegungsabläufen, Entspannungsübungen sowie bewusster und tiefer Atmung in Einklang.



Bei Interesse oder für weitere Informationen wendet euch an Marina Leipold unter 0171/9287857 oder gymnastik.spvgghessdorf@web.de