

TG 1848 DONZDORF E.V.



Yoga Workshop



Samstag, 26. September 2020,
10.00 – 11.30 Uhr
TG-Turnhalle, Donzdorf

Teilnahmegebühr: 12 €

Verbindliche Anmeldung:
kurse@tg-donzdorf.de

Yoga-Workshop mit Anna-Lena Swager

In dem dynamischen Vinyasa Flow Kurs wird aktiv durch die Yogastunde geleitet. Man lernt sich mit dem Atem in den einzelnen Asanas zu bewegen und spielerisch von einer Übung zur nächsten zu fließen.