



Neuer Kurs ab 5.09.2011

Yoga

- kräftigt und dehnt die Muskulatur
- verbessert die Beweglichkeit
- verbessert den Gleichgewichtssinn
- dient zum Stressabbau
- verbessert die Konzentrationsfähigkeit

Yoga- Basics Kursbeginn: 5.09.2011
6 Termine jew. 10.00 – 11.30 Uhr
Walter-Keck-Halle

Kursgebühr VfL M € 25,50
 NM € 41,50

Kursleitung Sascha Peschke

Information und Anmeldung: VfL Fitness- und
Gesundheitsstudio,
Schießmauer 6, 71083 Herrenberg, Tel. 07032-8955827

