

# KURSANGEBOT



# YOGA - die Zeit für mich

Mit unseren Haltungen, den sogenannten Asanas, wollen wir in unserer Yogapraxis vorrangig den Alltagsstress von unserem Körper und Geist fallen lassen und nutzen hierfür die Verbindung von Bewegung, Dehnung und Atmung. Vorkenntnisse sind gerne gesehen, aber nicht notwendig.

Das Training mit der Yogatrainerin **Andrea Steinle** findet immer **donnerstags** von **17.30 - 19.00 Uhr** in der **Sonnenberghalle** statt. Einstieg jederzeit möglich.

8er Karte für Mitglieder 64 Euro,  
8er Karte für Nicht-Mitglieder 96 Euro.

Erhältlich durch Überweisung an  
Turnverein Ochsenbach 1908 e.V.  
DE52 6045 0050 0008 4593 54  
Im Verwendungszweck bitte Name des  
Teilnehmenden angeben.

Nach Überweisung erhalten die  
Teilnehmenden eine 8er-Karte. Diese ist bei jeder  
Teilnahme vorzulegen. Nach Verbrauch kann  
eine neue Karte erworben werden.

Infos/Rückfragen über [andreasteinle@outlook.de](mailto:andreasteinle@outlook.de)

**Wir freuen uns auf Euch!**

[www.tv-ochsenbach.de](http://www.tv-ochsenbach.de)

