

Yoga

Die Yogastunden werden fließend von Atemübungen, zu verschiedenen Yogastellungen übergehen und mit einer Tiefenentspannung enden. Der Stil ist modern, jedoch wird die alte indische Tradition geehrt. Lass deinen Geist zur Ruhe kommen und verbinde Körper mit Geist und Seele. Erfahre mehr Gelassenheit und Freude an Deiner Yogapraxis. Yogastellungen trainieren jedes Körperteil, strecken und kräftigen Muskeln und Gelenke sowie die Wirbelsäule. Ebenso stärken sie den geistigen Zustand.

TERMINE:

Montag	17:00 - 18:00	Yoga
Dienstag	18:30 - 19:30	GYM 1
	20:00 - 21:00	Yoga
Donnerstag	13:00 - 14:00	Yoga
	20:00 - 21:00	Yoga
Samstag	14:00 - 15:00	GYM 2
Sonntag	11:00 - 12:00	Yoga

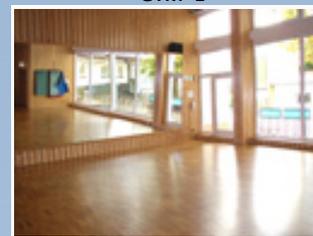
SPORTSTÄTTEN:

Yoga Gym[Yoga]



Inheidener Str. 64

GYM 1



Berger Str. 294

GYM 2



Berger Str. 294

WEITERE INFOS:

Turngemeinde Bornheim 1860 e.V.
Berger Straße 294, 60385 Frankfurt
Telefon 069 / 4600040
Email: info@tgbornheim.de
www.tgbornheim.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Montag - Freitag
8.00 bis 12.00 Uhr
15.00 bis 20.00 Uhr