

Kursinfo- und Anmeldung

Yoga Power Flow

(Mittelstufe und Fortgeschrittene)

für Frauen und Männer

Yoga + Power Flow ist eine fließende und kraftvolle Form des Hatha Yogas. Im Power Flow Yoga werden die Asanas in sehr dynamischen, fordernden Bewegungsabläufen miteinander verbunden (Vinyasa Prinzip). Die konsequente Verknüpfung von Atmung und Bewegung spielt ebenfalls eine große Rolle.

Yoga + Power Flow vereint Flexibilität, Kraft, Ausdauer, Herz-Kreislauf, Gleichgewicht und Koordination. Dabei geht es auch hier darum Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen, um sich zufriedener, glücklicher und einfach besser zu fühlen.

Für sportliche Anfänger und erfahrene Yogis geeignet.

Kursanmeldung: **Yoga Power Flow**

Name:

Vorname:

Strasse.: Nr.:

PLZ: Ort:

Telefon:

Email:

Geburtsdatum:

TV-Mitglied: Ja Nein

Hiermit erkenne ich mit meiner Anmeldung die verpflichtende Teilnahme an dem gewählten Kurs an.

.....
Datum, Unterschrift

Den ausgefüllten Bogen bitte an:

TV Nieder-Olm, Claudia Schäffer, Weinbergstr. 16, 55268 Nieder-Olm
oder per Mail an: info@tv-nieder-olm.de.



Informationen:

Leitung:

Fr. Romana Stanic

(Dipl. Yogalehrerin)

Beginn: Donnerstag, **17.08.2017**

Uhrzeit: 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

Ort: Liesel-Metten-Schule

Dauer: 10 Termine

Kosten:

20 EUR für TV-Mitglieder

80 EUR für Nichtmitglieder

Die Kursgebühr ist bis spätestens
8 Tage vor Kursbeginn zu überweisen

TV Nieder-Olm

BIC: MVBMD55

IBAN: DE82 5519 0000 0023 7030 10

Betreff:

Yoga Power Flow

und Name des/der Teilnehmers/in