



# Yoga in Erlabrunn

neue Yoga-Kurse ab April beim TSV

## Power-Yoga

Für mehr körperliche Kraft & mentale Stärke  
Yoga-Erfahrung von Vorteil (kein muss!)

## Yoga zur Entspannung

Für mehr innere Ruhe & Ausgeglichenheit  
für alle geeignet

### Kursleiterin:

Luisa Hemmelmann aus Zellingen

300h Hatha-Yogaausbildung bei den Glücksbringern in Würzburg

Langjährige Yogaerfahrung, eigene Yogastunden seit Sommer 2020

### Termine:

27.04./04.05./11.05./18.05./01.06./22.06./29.06./13.07.

Power-Yoga: mittwochs von 18:00 - 19:15 Uhr

Yoga zur Entspannung: mittwochs 19:30 - 20:45 Uhr

### Ort:

Tanzraum mit Spiegelwand in der Schule Erlabrunn

Bei schönem Wetter findet der Kurs draußen auf der Wiese statt

### Kursgebühr:

TSV-Mitglieder: 96€ pro Kurs

Nicht-Mitglieder: 120€ pro Kurs

Die Kursgebühr ist beim ersten Termin in bar mitzubringen.

Mindestens 10 Teilnehmer / Höchstens 12 Teilnehmer

### Anmeldung:

über Sabine Müller

sabine.mueller02@gmx.de oder 0171/9330480

Aktuell gilt die **3G-Regelung**. Zudem gelten die Vorgaben der bayerischen Infektionsschutzmaßnahmenverordnung zum jeweiligen Zeitpunkt.



seit 1874



@luisa.hemmelmann