

BETRIEBSSPORTVERBAND VON 1952 E.V. LÜBECK

Das gesundheitsorientierte Betriebssport- und Freizeitangebot in Ihrer Nähe

Betriebssportverband Lübeck, Roeckstr. 39, 23568 Lübeck



Yoga

Die wunderbare Tradition des Yoga bietet uns viele Möglichkeiten, wohltuend auf Körper und Geist einzuwirken.

Durch die Verbindung von Bewegungen und Atmung stellt sich Achtsamkeit und Ruhe ein.

Geübt wird überwiegend dynamisch. Aktivierende und stärkende Asana verbessern die Stabilität.

Die Übungseinheiten werden mit entspannenden und meditativen Übungen abgerundet.

Mitzubringen sind eine Yogamatte und gerne auch ein flaches Kissen.

Ort: Schule am Stadtpark (Turnhalle)
Schulstr. 22, 23568 Lübeck

Zeit: Mittwoch, 17.15 – 18.30 h

Neuer Kurs ab 10.01.2024

Kursgebühr: 90,00 € für 10 Termine

Hinzu kommt 1x im Jahr der Beitrag von 9,31 € für den Betriebssportverband (Versicherung und Verwaltung)

Den gesamten Betrag bitte am ersten Kurstag in bar bezahlen

Kursleiterin:
Claudia Wilm
Yogalehrerin (BDY, EYU)

Anmeldung: beim BSV 0451-77075 oder bei der Kursleiterin 0451-8089090

Betriebssportverband von 1952 e.V. Lübeck Email: Info@BSV-Luebeck.de
Vorsitzender: Bernd Käcker www.bsv-luebeck.de
Roeckstr. 39 23568 Lübeck
Bankverbindung: Deutsche Bank

Ktonr: 8501470 Blz: 23070700
IBAN: DE08 2307 0700 0850 1470 00

T: 0451 77075
Di + Do 8.30 bis 12.00 Uhr

BIC: DEUTDEDB237