



Liebe Mitglieder und Freunde des TC „Blau-Orange“,
liebe Interessierte
wir freuen uns, Ihnen ein neues und sehr interessantes
Angebot vorstellen zu können:

Yoga Workshop unter dem Motto:

„Starte den Tag mit einer dynamischen
Yogareihe“:

Das Ziel bei Yoga ist es, Körper, Geist, Seele
und Atem in Einklang zu bringen und dadurch
mehr innere Gelassenheit zu erreichen. Die
beruhigende und ausgleichende Wirkung des
Yoga ist ideal für Menschen, die einen Aus-
gleich zum stressigen Alltag suchen.

Leiterin:

M. (Sharzad) Bossert

Way-Diplom - Übungsleiterin



Beginn der Workshops

Workshop 1:
Donnerstag, 17. August 2017 um 10:00 Uhr
im Tanzstudio

Workshop 2:
Samstag, 19. August 2017 um 10:00 Uhr
im Tanzstudio.

Jeweils 8 x Unterricht à 60 min für € 80,-- pro
Person oder € 150 wenn beide Tage gebucht
werden (Ermäßigung € 10)

Anmeldung per Email an:
breitensport@blau-orange.de

Mit der Anmeldung ist die Gebühr fällig und zu
überweisen an:

TC „Blau-Orange“,
IBAN: DE03 5105 0015 0111 1109 99

Kennwort „YOGA“

Zum Unterricht bitte mitbringen:
Bequeme, sportliche Kleidung, großes
Handtuch. - Für die Entspannung eine
Decke, dicke Socken und Jacke, wenn
möglich Gymnastikmatte.

Wir freuen uns auf Sie!

Margot Knor

Erich-Ollenhauer-Str. 6a - 65203 Wiesbaden - Mobil 0176-7733 2641 (Sharzad)

breitensport@blau-orange.de

www.blau-orange.de