

Ein Angebot des Turnvereins Börnig-Sodingen 1889/90 e.V.



# SIE SIND INTERESSIERT AN YOGA-FITNESS

**JEDERMANN  
UND -FRAU  
IST HERZLICH  
EINGELADEN!**

**YOGA-FITNESS** ist eine energetische Sportart, bestehend aus Atmung, Kraft und viel Energie.

Beweglichkeit, körperliche Blockaden und Gesundheit können durch diesen Sport stark verbessert werden.

Die anschließende Schlussspannung ist wichtig für Geist und Körper!

Kursleitung: Randy Haarmann

Termine: dienstags 20.00 - 21.30 Uhr

donnerstags 18.00 - 19.30 Uhr  
(Einsteiger)

donnerstags 20.00 - 21.30 Uhr

wo? Sportzentrum Falkschule  
Castroper Str. 184

Anmeldung: Annegret Tomczak  
Information

Telefon: 023 23-320 25

Kursgebühr: 20,00 € /  
Vereinsmitglieder

40,00 € / nicht  
Vereinsmitglieder



[www.tbs-herne.de](http://www.tbs-herne.de)

[www.facebook.com/turnvereinboernigsodingenherne](http://www.facebook.com/turnvereinboernigsodingenherne)

