



SPORTVEREIN WIELENBACH e.V.



Fussball • Tischtennis • Stockschiessen • Gymnastik • Tennis • Radsport • Volleyball • Badminton

RePowerYoga



RePowerYoga ist ein geeignetes Verfahren um Stresssymptome zu beseitigen. Die Abfolgen von Asanas (Körperstellungen) können vitalisierend, kräftigend, reinigend, beruhigend oder innerlich besänftigend wirken. Viele der häufigsten Körperbeschwerden (wie z.B. Rückenschmerzen) können durch das Üben von Yoga gelindert oder auch vorbeugend wirken.

Yoga schärft die Wahrnehmung und Konzentration.

**Die Gymnastikabteilung des SV Wielenbach bietet
am Dienstag, 18. Juni und 25. Juni
von 19.30 Uhr – 21.00 Uhr und
für Männer am Donnerstag, 20. Juni
von 18.30 Uhr – 20.00 Uhr
in der Turnhalle eine Schnupperstunde
RePower-Yoga
mit Stefanie Hammerl, Yogalehrerin BYV an
015115615674, stefanie.hammerl@gmx.net
www.repoweryoga.de**

Bitte bequeme Kleidung und vorher nichts essen