

Mit Schwung – aktiv und gesund!

Yoga für Alle

mit Kerstin Hurbain

montags

17:00 - 18:30

–

Ort:

im Garten vom
AWO-Stadtteiltreff
Hellersdorf-Nord
Kastanienallee 53
12627 Berlin

Start:
28.06.
2021



**DAS ANGEBOT
IST KOSTENLOS**
KEINE ANMELDUNG
ERFORDERLICH



**BITTE
BEACHTET
DIE
CORONA-
REGELN**

Yoga für Alle!

Bewegung tut Körper und Seele gut und hilft Kraft für den Alltag zu sammeln.

Das Angebot richtet sich an alle, die Lust haben sich gemeinsam zu bewegen und nette Leute kennenzulernen. **Alle - auch Menschen mit Mobilitätseinschränkungen - sind herzlich eingeladen mitzumachen.**

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Behutsam werden Verspannungen gelockert, Konzentration und Entspannung gefördert und die Fitness gestärkt.

Wenn möglich bitte passende bequeme Kleidung mitbringen.

Das Angebot ist kostenlos!

Bitte beachtet die Corona-Regeln.

KONTAKT & INFO

[bwgt e.V., Brunhildstr. 12, 10829 Berlin, info@bwgt.org, 030/789 58 550](mailto:info@bwgt.org)
[QM Hellersdorfer Promenade, Hellersdorfer Promenade 17, 12627 Berlin, helle-promenade.de, 030/992 862 87](mailto:helle-promenade.de)



bwgt

