

YOUNG YOGA YOGA FÜR JUGENDLICHE



60 Minuten Yogaflow für Jugendliche zwischen 14 und 24 Jahren,
die Lust haben, sich
auszupowern und gleichzeitig zu entspannen.
Hier steigerst du nicht nur deine Fitness, sondern lernst auch, Stress
abzubauen.

Wenn du darauf Lust hast, bist du hier genau richtig:
jeden **Samstag von 11 bis 12 Uhr im Gymnastiksaal des GSC.**

Beginn: ab dem **15.02.2025, bis Ende Juni 2025**

Was müsst ihr mitbringen?
Eine Fitnessmatte, bequeme Klamotten und gute Laune.

Falls ihr noch Fragen habt, schreibt mich gerne an:
magdalena.geneuss@gmail.com