

# Willicher Turnverein 1892 e.V.

Geschäftsstelle: Klein Kempen 6 - 47877 Willich

Tel. 02154-4728450

eMail: [info@willicher-turnverein.de](mailto:info@willicher-turnverein.de)



Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mi. 18:00 – 19:00 h, Frei. 09:00 – 11:00 h

und nach Vereinbarung

[www.willicher-turnverein.de](http://www.willicher-turnverein.de)



## YOGA mit Fitnessfaktor Entspannung - Körpergefühl für Frauen und Männer

Yoga? Da sitzt man im Schneidersitz rum und summt „Ommm“..  
Aber nicht bei uns!  
Wir machen Yoga mit Muskelkatergefahr!

<b>Wo:</b>	<b>Übungsraum der Geschäftsstelle Klein Kempen 6, 47877 Willich</b>
<b>Start:</b>	<b>13.01.2025 von 19:00 bis 20:30 Uhr</b>
<b>Dauer:</b>	Kurs mit 10 Übungseinheiten
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 6 / max. 10 Personen
<b>Beitrag:</b>	Mitglieder: 80,00 €/ Kurs Nichtmitglieder: 100,00€/ Kurs
<b>Inhalte:</b>	Wir wollen: <ul style="list-style-type: none"><li>✓ richtig ins Schwitzen kommen</li><li>✓ mit einer Übung über 600 Muskeln trainieren</li><li>✓ ruhig stehen wie ein Baum, fliegen wie eine Krähe, uns räkeln wie ein Krokodil</li><li>✓ mit Atemübungen entspannen</li><li>✓ - und vieles mehr...!</li></ul>

Anmeldung ab sofort in der WTV-Geschäftsstelle unter 02154-4728450  
und bei Frau Stefanie Kahlstadt unter [kahlstadtsteffi2212@web.de](mailto:kahlstadtsteffi2212@web.de).