

Willicher Turnverein 1892 e.V.

Geschäftsstelle: Klein Kempen 6 - 47877 Willich

Tel. 02154-4728450

eMail: 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



Yoga – 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!

Wo:	Übungsraum der WTV-Geschäftsstelle Klein Kempen 6, 47877 Willich
Start:	24.03.2025 von 19:00 bis 20:30 Uhr
Dauer:	Kurs mit 10 Übungseinheiten
Teilnehmerzahl:	min. 6 / max. 10 Personen
Beitrag/Gebühr:	Mitglieder: 80,00 €/ Kurs Nichtmitglieder: 100,00€/ Kurs
Inhalte:	Wir wollen: - richtig ins Schwitzen kommen - mit einer Übung über 600 Muskeln trainieren - ruhig stehen wie ein Baum, fliegen wie eine Krähe, uns räkeln wie ein Krokodil, - mit Atemübungen entspannen - und vieles mehr...!

Anmeldung ab sofort bei der Übungsleiterin Stefanie Kahlstadt unter kahlstadtsteffi2212@web.de oder in unserer Geschäftsstelle (s.o.).