

Alles neu macht der Mai

Freiluft-YOGA in Wuppertal

Kursbeginn: 6. Mai 2020

Die Sportvereine PTSV Wuppertal und SSG Wuppertal eröffnen die Freiluft-Saison gemeinsam mit einem neuen Angebot: **Freiluft-Yoga**.



An acht Terminen praktizieren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dieses Kurses Yoga an der frischen Luft, in geschützter Umgebung und unter professioneller Anleitung.

Der Kurs richtet sich an Männer und Frauen, Jung und Alt, Anfängerinnen und Anfänger sowie Fortgeschrittene. Starten Sie den Tag auf grüner Wiese mit Übungen, die die Wahrnehmung des eigenen Körpers und der umgebenden Natur mit allen Sinnen beleben. Gewinnen Sie im Wechsel von Konzentration, Meditation und Entspannung neue Kraft, Energie und Freude für den Alltag.

Wann	jeweils mittwochs, 10.00 bis 11.15 Uhr, 6.5., 13.5., 20.5., 3.6., 10.6., 17.6., 24.6., 1.7.
Wo	Vereinsanlage des PTSV Wuppertal, Bendahler Straße 124, 42285 Wuppertal (bei schlechtem Wetter vereinbart die Gruppe Ausweichorte bzw. Ausweichtermine)
Leitung	Nicole Dünneimeier (www.anahata-herz-yoga.de)
Teilnahmegebühr	72,00 Euro
Teilnehmerzahl	6 bis 15

Interessierte füllen bitte die umseitige Anmeldung aus und schicken diese unterschrieben als (lesbares) Foto oder Scan bis zum 20. April 2020 per E-Mail an info@ptsv-wuppertal.de.



PTSV Wuppertal 1929 e.V.
Bendahler Straße 124, 42285 Wuppertal
Tel.: 0179 / 104 4443
E-Mail: info@ptsv-wuppertal.de
www.ptsv-wuppertal.de



SSG Wuppertal 1863 e.V.
Fuchsstraße 12, 42285 Wuppertal
Tel.: 0202 / 87686
E-Mail: info@ssg-wuppertal.de
www.ssg-wuppertal.de