



YOGAZEIT

YOGA FÜR KINDER
UND JUGENDLICHE

NEU IM DOK:TOR AB MAI!

Yoga für Erwachsene mit Monika

Entschleunigung im Alltag: Finde mit Yoga zu einem gesunden Körper und zu einer gesunden Verbindung mit dir selbst! DIENSTAG 20:00 BIS 21:00 UHR

Yoga für Erwachsene mit Paraskevi

Für mehr Bewusstheit und Freude im Alltag! DIENSTAG 10:30 BIS 11:30 UHR

Yoga für Senioren mit Monika

Auf schonende Weise werden Körperhaltung, Gleichgewicht, Koordinationsfähigkeit und Kraft verbessert. MITTWOCH 8:30 BIS 9:30 UHR

Pilates nach der Schwangerschaft mit Paraskevi

Gezielt Beckenboden, Bauch und Rücken-
muskulatur kräftigen! MONTAG 11:00 BIS 12:00 UHR

Pilates für Erwachsene mit Paraskevi

Für einen schlanken, starken Körper, für eine gesunde
und korrekte Haltung! DIENSTAG 9:30 BIS 10:30 UHR

Yoga Kurse und Einzelunterricht mit Monika

Für Kinder, Jugendliche, Schwangere, Erwachsene siehe Kursplan
www.yogazeit-venninger.de

Anfragen und Infos bitte unter
info@yogazeit-venninger.de oder Tel. 06203 9543538

DAS DOK TOR

Ärzte und Therapeuten Schriesheim

Römerstraße 2
69198 Schriesheim