



SCAN ME



YOGA-KURS

Wohlbefinden für Körper und Geist.

Kommen Sie zum Yoga-Kurs und tanken Sie Ihre Kraftreserven auf!

Bringen Sie Körper und Geist in Einklang und erleben Sie die wohltuende Kraft der Entspannung. Fördern Sie Ihre innere Ruhe und Achtsamkeit, um Ihr Wohlbefinden zu steigern und mehr Gelassenheit im Alltag zu finden.

Der Kurs ist für alle geeignet – unabhängig von Alter, Fitnesslevel oder Vorkenntnissen.

Bitte Mitbringen:

bequeme Kleidung, Handtuch



Wann?

Ab dem 23.04.2025
jeden Mittwoch von 11:00-12:00 Uhr
(nicht in den hessischen Schulferien)

Wo?

Im Yogastudio Yogastern
Friedrichstraße 47
65185 Wiesbaden

Anmeldung

Interessierende Personen können sich bei Ihrer Fallmanagerin bzw. Ihrem Fallmanager im Jobcenter anmelden.
Die Teilnahme ist kostenfrei.



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

