



Yoga für Reiter/innen



Ausschreibung

Bewege Dich zusammen mit deiner Atmung fließend durch extra für Reiter/innen ausgewählte Yogahaltungen, um dich danach gestärkter und gedehnter, somit auch beweglicher und freier zu fühlen.

Ob Anfänger oder Profi, Marina bietet in jeder Übung Optionen. Somit ist das Yoga für jedes Level geeignet.



- Leitung:** Marina Buff
- Wochentag:** jeweils Mittwochabend
- Zeit:** 19.00 – 20.00 Uhr
- Daten:** 29.05.2024 / 05.06.2024 / 12.06.2024 / 19.06.2024 / 26.06.2024
Verschiebungen sind vorbehalten.
- Wo:** Springplatz Wiese, Allmend Frauenfeld
- Kosten:** CHF 90.- RVFU Mitglied
CHF 132.- Nichtmitglied
- Anmeldung:** Teile bitte die Daten mit, an denen Du teilnehmen kannst.
Anmeldung bis am **Mo, 06.05.2024** an Ghislaine Jansen
079 719 73 74 oder ghislainejansen@hotmail.com
- Kleidung/Material:** Bequeme (Sport)-Kleidung
Wenn Du eine Matte hast, bring sie mit. Ansonsten kannst du Yoga auch gut ohne Hilfsmittel auf der Wiese praktizieren.
- Haftung:** Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.