



Trainingsbetrieb während Corona

Abteilung: Yoga

Derzeit bei gutem Wetter:

Dienstags: 17:00 Uhr – 18:30 Uhr

Ort: Auf der „Hardt“ bei den Gewächshäusern

Derzeit bei schlechtem Wetter und in der kalten Jahreszeit:

Dienstags: 19:30 Uhr – 21:00 Uhr

Ort: Sporthalle Schleswiger Straße in Elberfeld

Inhalte: Körperübungen aus dem Hatha-Yoga und Meditation

Vor Corona:

Dienstags: 17:00 Uhr – 18:30 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Rathaus

Bitte schon in Trainingskleidung kommen, da keine Umkleidemöglichkeit.
Eigene Matte, bzw. Decke und falls vorhanden Sitzkissen mitbringen.

Ansprechpartner:

Andreas Tauscher

Tel.: 0202/771526

E-Mail: andreas-tauscher@web.de

Vertretung:

Joscha Hähner

Tel. 0202/708053

E-Mail: j.haehner@t-online.de