


# YOGA MIT MÄDCHEN

*Die Hormone fahren Achterbahn und der Körper ist unförmig?*

*Dann tut es gut, wild wie eine Kriegerin zu sein oder im Fisch das Herz zu öffnen!*

- 
- DU LERNST VERSCHIEDENE YOGASTELLUNGEN,  
KRAFTVOLLE ATEM- UND ENTSPANNUNGSÜBUNGEN
  - DU GEWINNST KRAFT, MUT, KONZENTRATION UND INNERE  
RUHE
  - DU FÜHLST DICH SELBSTBEWUSST UND GESTÄRKT IM  
ALLTAG

**MÄDCHEN ZWISCHEN 13-16 JAHREN**

**MONTAGS 17.30-18.30**

**KOSTEN:180.- PRO QUARTAL**

**ANMELDUNG: 062/797 54 04 oder 079/366 49 89**

**ICH FREUE MICH AUF DICH!**