



Lufthansa Sportverein
Hamburg e.V.

Yogische Reise durch den Körper

Online Kurs zum Start in das neue Jahr

Starte dein Jahr 2023 mit einer wohltuenden, sechswöchigen Reise. Beginnend von der Basis – den Füßen – durch den ganzen Körper, bis hin zu deinen Fingerspitzen widmen wir uns in jeder Einheit ganz speziell einer Körperregion:

1 Füße 2 Hüfte 3 Bauch 4 Wirbelsäule 5 Schulter/Nacken 6 Hände

Yoga-Grundkenntnisse sind wünschenswert.



Freitags, 6 Termine

13.01.2023 – 24.02.2023

nicht am 17.02.2023

jeweils 8:00 – 8:45 Uhr

am 13.01. 8:00 – 9:00 Uhr

Teilnahmegebühr für 6 Termine:

50 EUR für LSV Mitglieder

15 EUR für Mitglieder des Kurssystems

65 EUR für Gäste

Der Kurs findet bei mind. 6 Anmeldungen statt

Anmeldung LSV Geschäftsstelle:
hamlsv@lht.dlh.de
www.lsvham.de

