

Yoga zum Kennenlernen

Es ist nicht immer möglich, Stress zu vermeiden. Es ist allerdings machbar, mit Überlastung anders und bewusster umzugehen. Yoga kann dabei helfen. Diese Veranstaltung der VHS Siebengebirge ist als Anregung gedacht, mit einfachen Übungen den alltäglichen Herausforderungen gelassener zu begegnen. Das Angebot richtet sich auch an diejenigen, die Yoga bisher nicht kennen. Die Veranstaltung findet am Samstag, 13. Mai 2017, von 14:30 Uhr bis 17:30 Uhr, in Oberdollendorf, Gymnastikhalle der Grundschule, statt. Das Entgelt beträgt 8,80 Euro ab zehn Personen und 11,20 Euro bei sieben bis neun Personen. Anmeldeschluss ist der 5. Mai 2017. Auskunft erteilt die Geschäftsstelle der VHS Siebengebirge unter 02244/889-207 oder -208. Anmeldung bitte nur schriftlich an die VHS Siebengebirge, Dollendorferstraße 48, 53639 Königswinter, per Fax an 02244/889-378 oder per E-Mail an vhs@koenigswinter.de.

Königswinter, den 03. Mai 2017