Yoga

Unsere neuen Kursangebote

- Kurs 1: Yoga am Donnerstag,
  Beginn am 16. April 2015
- Kurs 2: Yoga am Freitag,
  Beginn am 17. April 2015
- 12 Einheiten à 1,5 Stunden
- Im Gymnastikraum der Alten Schule,
  Murgtalstr. 8 in Kuppenheim

Turnverein Kuppenheim 1898 e.V.

Murgtalstr. 8

76456 Kuppenheim

http://tv-kuppenheim.de

1898 TVK

Yoga

Ein Sportangebot des Turnverein Kuppenheim

Yoga fördert nicht nur die körperliche Beweglichkeit und Gesundheit, sondern hilft auch die Anforderungen des Alltags besser zu bewältigen.

Kurs 1:
Beginn Donnerstag 16. April 2015
Kurs 2:
Beginn Freitag 17. April 2015
Kurszeiten:
jeweils von 9:00 – 10:30 Uhr

Yoga

Der Hatha Yogakurs beinhaltet eine Einführung in die wichtigsten Grundstellungen, sowie Atem- und Entspannungsübungen aus dem Yoga.

Die Aspekte des Yoga werden erklärt, wie z.B. die Wirkung der einzelnen Yogastellungen, der Nutzen von bewusster Atmung und Entspannung.

Die positive Wirkung ist sofort spürbar: mehr Energie, Verbesserung der Konzentration, Linderung von Kopf- und Rückenschmerzen, Dehnung und Kräftigung der gesamten Muskulatur.

An den Turnverein Kuppenheim
Murgtalstr. 8 (Alte Schule)
76456 Kuppenheim per Fax an 07222 / 6805035

Anmeldung Yogakurs beim Turnverein Kuppenheim:

Name: _

Vorname: _

Straße: _

Ort: _

Telefon: _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ e-Mail: _

( ) Kurs 1: Donnerstags von 09:00 – 10:30, Beginn am 16.4.2015

( ) Kurs 2: Freitags von 09:00 – 10:30 Uhr, Beginn am 17.04.2015 (bitte ankreuzen).

Jeweils 12 Einheiten à 1,5 Stunden im Gymnastikraum der Alten Schule, Murgtalstr. 8 Kuppenheim. Kosten: ( )Nichtmitglieder 80€, ( )Mitglieder 60€ (bitte ankreuzen).

Die Kursgebühr wird am 03.07.2015 per Lastschrift vom angegebenen Konto abgebucht.

Turnverein Kuppenheim 1898 e.V. Gläubiger-ID: DE81ZZZ00000512029

SEPA-Lastschriftmandat Mandatsreferenz: 2015-2YogaNameVorname

Ich ermächtige den Turnverein Kuppenheim die Kursgebühr von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Turnverein Kuppenheim auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name Kontoinhaber: _

Anschrift Kontoinhaber: _

IBAN: DE__ __ | __ __ __ __ | __ __ __ __ | __ __ __ __ | __ __ __ __ | __ __

Datum: _ _ _ _ _ _ _ Ort:_ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Unterschrift: _