

AUSZEIT FÜR DICH!



Du möchtest eine **Auszeit** vom Alltag? Dich **entspannen** und zurück zu deiner inneren Mitte finden? Du wünschst dir mehr **Flexibilität & Stabilität** für deinen Körper?

Dann bist du in meinem **YOGA-Kursus** genau richtig, egal, ob du schon Vorkenntnisse hast oder nicht. Ich freue mich auf dich, **namasté.**

Rike von Rhein



Kooperation **AWO Kreisverband Bochum & AWO-Familienzentrum Hermannstraße**

10 Veranstaltungen, 15:00 – 16:30 Uhr, ab Mittwoch, 01.09.2021, maximal 8 Teilnehmer*innen.
Info & Anmeldung im Familienzentrum **0234 580277** oder im AWO-Stadtbüro **0234 96477-0**.
Der Teilnehmerbeitrag von 40,00 € wird bei Kursbeginn an die Yoga-Lehrerin Rike von Rhein entrichtet.