

Yoga Kulturcenter Værestedet



Glæder mig til at byde velkommen til Efterårets Yoga på Kulturcenter Værestedet i Låstrup 🧘 🧘 🧘 🧘

Alle hold starter i uge 39 🌟

★ Mandag fra kl 16.30 til 17.45 Yoga for
Begyndere og let øvede

★ Tirsdage fra 8.20 til 9.35
Morgen Yoga for alle.

★ Tirsdage fra 10.00 til 11.00
Senior Yoga med Skåne hensyn

★ Tirsdag fra 15.00 til 16.20 Yoga
Med guidede Mindfulness øvelser

★ Onsdag fra 17.15 til 18.35 Yoga
Med guidede Mindfulness øvelser

★ Onsdag fra kl 19.00 til 20.00+
kun for mænd. Kraftfuld power Yoga efterfulgt af Yin Øvelser med gode og dybe stræk..

★ Vær sikker på en plads og tilmeld dig til Sundstrup Zoneterapi og Yoga instruktør

På sms 29847323 🙏

De bedste hilsner fra Tove 😊