



YOGA UND QIGONG

Kleine Auszeit vom Alltag für Deine Gesundheit

mit Yoga und Qigong für das Element **ERDE**

Sa. 25. September 2021

11:00-14:00 Uhr

in Darmstadt-Kranichstein, Sportverein Blau-Gelb e.V.

Die Veranstaltung enthält ein abwechslungsreiches Programm mit Elementen aus Yoga, Meditation, Akupressur, Entspannung und Qigong, welches gleichzeitig Muskeln, Abwehrkräfte und Konzentration stärkt, die Meridiane (Energieleitbahnen im Körper) dehnt und dadurch das Wohlbefinden steigert.

Zeit für Dich

Besuche unsere Homepage im Internet:
www.sv-blaugelb.de



**Kleine Auszeit
vom Alltag mit
Yoga und Qigong**

**Zur Pflege der
eigenen Gesundheit**

**Zur Stärkung des
Immunsystems**

**Mit vielen Tipps
für den Alltag**

**SPORTVEREIN
BLAU-GELB E.V.**

Aikidoraum im 1. Stock
Elisabeth-Selbert-Str. 27
64289 Darmstadt-Kranichstein

Unverbindliche Anmeldung:

Tel. 06151 - 71 12 52
E-Mail: wsg@sv-blaugelb.de

**25.09.2021
11:00-14:00 Uhr**