



02.06.2022

Yoga-Workshop zur Entspannung

Neuss (PN/La). Namaste! Den Stress des Alltags vergessen und Schmerzen in den Gelenken lindern, das ist am Samstag, 4.Juni 2022, 10 Uhr, im Seminar von Doris Hinze möglich. In den Räumen der Volkshochschule Neuss im Romaneum, Brückstraße 1, können Teilnehmende spezielle und mobilisierende Yogaübungen erlernen, die die Wahrnehmung und die Bewegungsketten der Gelenke positiv beeinflussen. Mitzubringen sind bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke und ein Handtuch. Der Workshop dauert rund 60 Minuten, kostet 17,50 Euro pro Person und kann online auf www.vhs-neuss.de oder telefonisch unter 02131-90-4156 gebucht werden.

(Stand: 02.06.2022/La)

Die Textversion finden Sie: [hier](#).