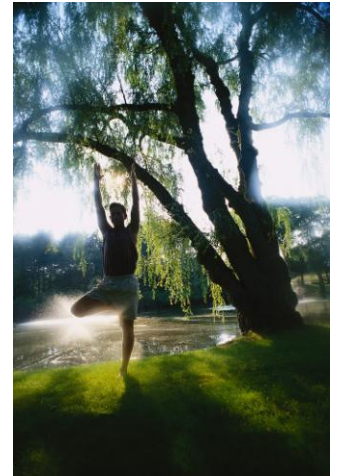


YOGA

Fordele ved at dyrke yoga:

- Større kropsbevidsthed
- Bedre kropsholdning
- Øget muskelstyrke
- Øget smidighed
- Afspænding
- Meditation



*Husk at medbringe tæppe & pude!
Foregår i mødelokalet!*



OBS! Tilmeld dig nyhedsmail til yoga, hvis du ønsker besked fx i tilfælde af aflysning.