



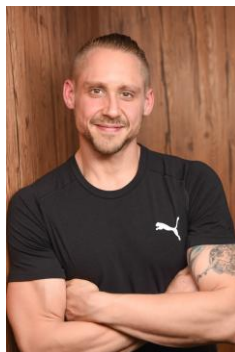
TURNVEREIN OYTEN e.V.

Hatha Yoga Special (Bring a friend) **1.Mai 2026 (10:00-11:30)**

Zu diesem **kostenlosen** Special dürfen Vereinsmitglieder 1 Person mitbringen.
Vor Anmeldung bis zum 29.04.2026 (maximal 50 Teilnehmer)

Hatha Yoga ist ein sanfter, fordernder und ganzheitlicher Yogastil. Dabei werden Körperhaltungen (Asanas), Atemtechnik (Pranayama) und Entspannung kombiniert. Ideal für Anfänger, Neueinsteiger aber auch Fortgeschrittene um Stress abzubauen, die Körperwahrnehmung zu schulen, Geist und Körper in Einklang zu bringen.
„Namaste...“

Ort: Halle der Stader Straße
Zeit: **Freitag 1. Mai 2026**
10:00 bis 11:30 Uhr
Kursleitung: Adriano Ditaranto – Yoga Trainer



Anmeldung nur über Internet unter www.TV-Oyten.de („Kurse“). Begrenzte Teilnehmerzahl; Plätze nach Eingang der Anmeldung.