



YOGA FÜR FRAUEN

Kraft, Balance und Gesundheit für den Alltag

Wann: Mittwochs 18:00-19:30 Uhr

Start: 14.10.2026 - 10 Kurseinheiten

Wo: Kinder- und Familien-
zentrum Am Südpark

Mit wem: **Carla Scholz -
zertifizierte Yogalehrerin**

Kosten: 160,- € inkl. Teilnahmebestätigung

Erstattung durch Krankenkasse ca. 150,- €

Mit Yoga kannst Du neue Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit gewinnen. Carla Scholz (Yogalehrerin) unterrichtet medizinisch fundiert und bietet klare, präzise Anleitungen mit individueller Unterstützung. Egal in welcher Lebensphase: Lerne achtsam mit Dir umzugehen und ein gesundes Körpergefühl zu entwickeln.

