



07.07.2020

Hatha Yoga im Sommer

Auf der Dachterrasse der Volkshochschule im Romaneum findet Hatha Yoga ab Mittwoch, 22. Juli 2020, bei gutem Wetter statt. Hatha Yoga unterstützt die Teilnehmenden an fünf Terminen, jeweils von 19.30 bis 21 Uhr, darin, die eigene Atmung bewusster wahrzunehmen und körperliche sowie geistige Achtsamkeit zu entwickeln.

Die Anmeldung ist unter www.vhs-neuss.de möglich. Es wird gebeten, eine Matte, Decke und bequeme Kleidung mitzubringen. Der Kurs kostet 29,20 Euro

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