

Yogilates beim SSV Wachtberg

Ab dem 9. Februar geht es los

Wachtberg. Beim Yogilates werden Elemente des Yoga mit denen des Pilates zu einem besonderen Workout für den Körper und die Seele verbunden. Sowohl Yoga, als auch Pilates sind höchst effektiv, wenn die Bewegungen korrekt ausgeführt werden. Wenn es mal etwas Abwechslung sein darf, dann sind Sie beim Yogilates richtig. Der SSV

Wachtberg 1975 bietet ab dem 9. Februar um 9. Uhr einen Yogilates Kurs an. Informationen über alle Kurse des SSV Wachtberg 1975 und die weiteren Angebote des Vereins erhalten Interessierte über die Homepages www.ssv-wachtberg.de, per Telefon unter (0 22 25) 7 03 94 47 oder per e-Mail unter info@ssv-wachtberg.de.