



DRK\_BEGEGNUNGSZENTRUM\_HOEVE



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

Ortsverein  
Hövelhof e.V.

*Dieser Kurs ist  
kostenlos.*

**Start:**  
**08.02.2024**

**10 x  
donnerstags**

# Yoga für Jugendliche (ab 12 Jahre) mit Danny



**Kurs  
E49**  
19:10 – 19:55  
Uhr



Bei ihr lernt ihr die  
Verbindung von Körper,  
Bewegung und Atmung  
kennen. Der Fokus liegt auf  
der Körperwahrnehmung  
und Entspannung.

**Yoga Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.**

**Bitte mitbringen: ein kleines flaches Kissen, Decke und warme Socken für die Entspannung.**

**Das Angebot ist kostenlos und wird durch die Aktion Lichtblicke unterstützt.**

**Anmeldung unter  
[begegnungszentrum@drk-hoewelhof.de](mailto:begegnungszentrum@drk-hoewelhof.de)**



**DRK Begegnungszentrum, Bahnhofstr.30, 33161 Hövelhof  
[www.drk-hoewelhof.de](http://www.drk-hoewelhof.de)**