

---

Turngemeinde  
Lämmerspiel e.V. 1905



Turn- und Sportvereinigung  
1885 e.V. Lämmerspiel

---



## Yoga für Plus-Size-Körper und Anfänger



**Wann:** Samstags 9:00 - 10:30 Uhr

**Wo:** TG Halle, Fritz-Erler-Str., Lämmerspiel

**Schnuppern  
jederzeit möglich**



Yoga kennt keine Begrenzungen und ist für all da:  
Große, Kleine, Dicke, Dünne, Junge und Alte  
...für dich und mich

Mein Name ist Jasna Gibson und ich bin seit 2011 zertifizierte Yogalehrerin.

*In meinem Kurs erwartet Dich Meditation und Atemtechniken, Dehnung und Kräftigung der Muskulatur, Entspannung und Flexibilität. Zudem wird sich Dein eigenes Körpergefühl und Wohlbefinden von Mal zu Mal verbessern.*

Ich würde mich sehr freuen, Dich zu einer Schnupperstunde begrüßen zu dürfen.

Für die Yoga-Kurse wird eine Kursgebühr erhoben. Bei Anmeldung zu erfragen (für Vereinsmitglieder vergünstigt!)

Wir bitten um Voranmeldung unter: **Tel.: 0157-31493107** od. Email: [jasnagib@gmail.com](mailto:jasnagib@gmail.com)

*„Nicht das Beginnen wird belohnt, sondern einzig und allein das Durchhalten“  
Siddharta Gautama Buddha*

**Die aktuellen Abstandsregeln und Hygienevorschriften werden beachtet**