

Y Y N G A® vereint Yoga, Qigong & Tai Chi – ideal für alle: jedes Alter, jedes Fitnesslevel.

NEU

Y Y N G A®

trainiere im Rhythmus
der Jahreszeiten!

bei der
SG Holthausen

-Verein für Gesundheitssport-
Kosten: 20,-€ Mitgl.-60,-€ Gäste



Anmeldung per Mail an:
kursanmeldung@sg-holthausen.de



Buche jetzt Deine
8 Einheiten
und erlebe

Y Y N G A®

🌱 Frühlings-Block: 🌱

2.+9.+16.+23.
Mai 2025

🌞 Sommer-Block: 🌞

13.+20.+27.Juni &
4. Juli 2025

Durch zurzeit nicht planbare
Hallenschließungen kann es
zu Terminverschiebungen kommen

Veranstaltungsort:

Sporthalle Am Hagen 8
45527 Hattingen-Holthausen

Trainingszeit



freitags
17-18 Uhr



**Energie
&
Revival**



**Kraft
&
Balance**