



# Yoga

*ANDELA Sportunion*

Ort: **Steinbrunn** - Kindergarten/  
Untere Hauptstraße 9

Termin: Mi. 19.02.2025

Zeit: 17:30 - 18:30 Uhr (10 x)

Beitrag: € 85,00

**Anmeldung:** **0 26 82/ 61 363,**  
**info@vhs-burgenland.at**

Yoga bringt Kräftigung, Entspannung und Wohlbefinden. Die Körperhaltungen (Asanas) stärken und dehnen die Muskulatur, wobei der Atmung besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird. Bitte bringen Sie eine Decke oder eine Matte mit.