



HATO-Dresden e. V.

Yoga trifft Karate

mit

Evelyn Leppich

2. Dan Wadokai, Yoga-Trainerin

Wir freuen uns, dass wir unsere Yoga-Lehrgänge mit Evi auch in diesem Jahr wieder anbieten können.

- Trainingszeit:** Samstag, 08.03.2025, 10 – 12 Uhr
- Trainingsort:** Turnhalle der 138. Oberschule,
Omsewitzer Ring 2
- Trainingsinhalt:**
- Verbindung zwischen Yoga und Karate
 - gesundes Training aus der Yoga-Therapie
 - Körperwahrnehmung, Atmung
- Teilnahmegebühren:** Der Verein übernimmt alle Kosten.
- Haftung:** Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung, die das gesetzliche Maß übersteigt.
- Bemerkungen:** Wer hat darf gerne eine eigene Matte mitbringen, ein Yoga-Kissen und eine Decke. Bitte Gürtel mitbringen. Bequeme Sportsachen!

Kontakt: hato@hato-dresden.de