

NEU *** NEU *** NEU *** NEU *** NEU *** NEU *** NEU *** NEU *** NEU *** NEU

YOGA – Jetzt auch digital



Namasté!

Ihr habt trotz Lockdown Lust, euch regelmäßig zu bewegen und zu entspannen? Dann seid ihr hier richtig! Ganz **bequem von zu Hause** aus könnt ihr an unseren neuen **Online-Yoga-Kursen** teilnehmen.

Meldet euch einfach an unter info@hdf-krefeld.de oder 02151 399171. Ihr bekommt dann einen Zugangslink und weitere Informationen per Mail.

Ab Montag, 15.02.2021:

Montags, 19:30 Uhr – 20:45 Uhr: [Yoga mit Alina](#) 10 Euro/Kurseinheit

Ab Mittwoch, 17.02.2021:

Mittwochs, 18:30 Uhr – 20:00 Uhr: [Hatha-Yoga mit Brigitte](#) 12 Euro/Kurseinheit

Wir freuen uns auf euch!

Euer Team vom Haus der Familie