

Jeden Dienstag von  
16:00 - 17:30 Uhr

# GYMNASTIK & YOGA

FÜR FRAUEN JEDEN ALTERS

- Harmonie für Körper & Geist
- Stärkung deines Körper
- Reduzierung von Stress.
- Atemtechniken zur Entspannung & Konzentration.

Wann?

Jeden Dienstag  
16:00-17:30 Uhr

Wo?

SIRONA  
Schiersteinerstr. 21  
65187 Wiesbaden



Infos unter: +49 157 7186 993

Frauenwelten e. V. | [www.frauenwelten-wi.de](http://www.frauenwelten-wi.de)

