

# Workshop 910 und 911

## Hatha Yoga

### Jahresausklang und eine Reise in das neue Jahr



In dem Workshop „Jahresausklang“ wird in den Asanas (Körperstellungen) mit Methoden aus dem Coaching eine Selbstreflexion angeboten. Dabei werden Fragen zur Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft gestellt. So kann man einmal nach innen schauen und sich überlegen, auf welchem Weg man noch unterwegs sein möchte.

**Sonntag, 06. Dezember 2015**

- WS 910**      **10:00-13:00 Uhr**  
Anfänger bis sanfte Mittelstufe
- WS 911**      **14:00-17:00 Uhr**  
Mittelstufe bis fordernde Mittelstufe
- Trainerin:** Amela Isic
- Ort:** Fitnessraum im SPORTPUNKT
- Gebühren:** Mitglieder            20,00 Euro  
Nicht-Mitglieder    30,00 Euro

**Bitte melden Sie sich bis Montag, den 30.11.2015, an.**

**FIT ▪ FITTER ▪ FTG Frankfurt**



Marburger Str. 28 • 60487 Frankfurt • Tel: 069 970803-0 • info@ftg-frankfurt.de • www.ftg-frankfurt.de