

## Yoga einfach auch für Senioren Herbst 2025

Montag:      **1. Kurs: 8.30 Uhr – 9.45 Uhr**  
  
                 **2. Kurs: 10.00 Uhr – 11.15 Uhr**

**Ort:** Pfarrraum Schwarzach

**Kurs:** 13 Einheiten € 215.-

**Termine:** 8. Sept., 15. Sept., 22. Sept., 29. Sept., 6. Oktober, 13. Oktober, 20. Oktober,  
3. November, 10. November, 17. November, 24. November, 1. Dezember, 15. Dezember

**Mitbringen:** bequeme Kleidung, Matte, Decke, etwas zu Trinken.

### Anmeldung und Info:

Rigmor Denz    0664/188 90 85    [rigmor.denz@gmx.at](mailto:rigmor.denz@gmx.at)    [www.rigmordenz.com](http://www.rigmordenz.com)

Ich freue mich auf dich!    Namastè Rigmor