**Yoga Kurs für Frauen**

Im Rahmen der Frauen- Gesundheitstage bietet das Frauenzentrum Sl.-Fl. unter dem Motto: **„Jede Frau ist eine Göttin"** einen Yoga Kurs an. Kundalini Yoga bietet in seiner Ganzheitlichkeit viele Aspekte, um den Körper, den Geist und die Seele in Einklang zu bringen. So kehrt Gesundheit dahin zurück, wo sie hingehört: in die eigenen Hände und in die Selbstverantwortung. Diese Form der Gesundheitspflege war traditionell schon immer das besondere Talent und Privileg der Frauen. Yoga in all seinen verschiedenen Ausprägungen eignet sich sehr gut, um Freundschaft mit dem eigenen Körper zu schließen.

**Beginn: 26.09. – 24.10. 2019, 15:00 – 16:30** Uhr

Ort: „Die Düne“, Friedrichstrasse 80 in Schleswig

Kurs à 4 x 90 Minuten; Kosten 10,00 € **"**

Anmeldung im Frauenzentrum Schleswig e.V.

[Info@frauenzentrum-schleswig.de](mailto:Info@frauenzentrum-schleswig.de) Tel.: 04621 25544