



## Vinyasa Yoga

Im Vinyasa Yoga erlebst du einen kraftvollen und fließenden Yogastil, der deinen gesamten Körper aktiviert, dich stärkt und dein Wohlbefinden steigert. Sowohl Anfänger:innen als auch Fortgeschrittene sind herzlich willkommen!

### 10 x Vinyasa Yoga:

immer donnerstags ab 2. März - 11. Mai 2023 **(KEIN Kurs am 6. April)**  
im Sitzungssaal der Raiffeisenbank Rainbach  
von 18.15 bis 19:45 Uhr

### Mitzubringen:

Yogamatte, Trinkflasche und ein warmer Pulli oder eine Decke für die Schlusssentspannung

### Kurskosten inkl. Saalbenutzungsgebühr (**BITTE genau mitnehmen**):

- Sportvereinmitglieder: 52 €
- Nicht-Sportvereinmitglieder: 67 €

### Trainerbeschreibung:

Anna Stadler

diplomierte Yoga Lehrerin

Anmeldung unter 0650/20 20 485

---

#### WICHTIG FÜR ALLE KURSE – WICHTIG FÜR ALLE KURSE - WICHTIG FÜR ALLE KURSE – WICHTIG FÜR ALLE KURSE

- Die aktuellen Covid-19-Regeln der Regierung müssen eingehalten werden.
- Aktuelle Änderungen (zB: Kursausfälle) werden immer sofort auf der Homepage der Sportunion Rainbach veröffentlicht. **Bitte regelmäßig SELBST informieren.**
- Falls Kurse coronapandemiebedingt nicht wie geplant durchgeführt werden können wird der Restbetrag natürlich rückerstattet (diesbezügliche Informationen sind im Bedarfsfall auf der Homepage der Sportunion Rainbach zu finden).
- Coronabedingt bitte eigene Turngeräte mitbringen (Handtuch, Turnmatte, Hanteln).