



GESUNDES
MARTINSBERG



YOGA

In den Wechseljahren,
von mittleren bis ins hohe Alter
den Körper mit sanften

Bewegen - Atemübungen
Meditation - Entspannen

In Balance bringen,



mit Elisabeth Lagler

8 Einheiten - Dienstag 09:00 - 10:30

27.01.2026 - 17.03.2026

Aufer KW 8+9 hier MI 18.02. + 25.02.2026

im Martinssaal in 3664 Martinsberg



Anmeldung am Gemeindeamt unter 02874/6278 oder
m.strasser@martinsberg.at

€ 96,- pro Person, begrenzte Teilnehmerzahl

Auf erholsame Yogastunden freut sich

Elisabeth Lagler

