



**ELYSEUM**  
wellness & spa

## **Elyseum „Energy“ – der Yoga-Kurs\***

*Weniger Stress – und mehr Energie! Sanftes Yoga mobilisiert bewusst und kräftigt die Wirbelsäule und Muskeln über leichte und gezielte Bewegungsabläufe.*

*Wer nicht mehr so dynamisch üben oder in die leichte Yoga-Praxis einsteigen möchte, ist im Elyseum „Energy“ Kurs genau richtig.*

Bitte melden Sie sich an der Spa Rezeption an.

Für alle Altersgruppen geeignet.

**Teilnehmerzahl:** Maximal 10 Personen (10 € Zuzahlung p.P.)

**Dauer:** ca. 60 Minuten

**Unsere März-Termine:** Mo, 02.03. um 10:00 Uhr  
Mo, 16.03. um 10:00 Uhr  
Mo, 30.03. um 18:00 Uhr

*\*Der Kurs findet ab einer Mindestteilnehmeranzahl von 3 Personen statt.*

