

Jahresbericht für 2023

Yoga

Übungsleiterin: Danièle Romanet-Tschakert

Übungszeit: Dienstag 09:00 - 10:15 Uhr im Dojo

Gruppenstärke: bis zu 20 Teilnehmerinnen

Die Übungsstunden sollen eine Auszeit vom Alltag sein. Yoga hat Einfluss auf die Bewegung sowie auf die Vertiefung des Körperbewußtseins. Am Ende einer Stunde wird mit leiser Musik eine Entspannung angeboten.

Die Yogastunden werden gut und regelmäßig besucht. Die Pandemie hat die Zahl der aktiven Teilnehmerinnen erstmalig auf 15 schrumpfen lassen. Seit zwei Jahren sind neue Zugänge zu verzeichnen und die Anzahl von 20 Teilnehmerinnen ist erreicht worden.

März 2024