

B O D E G A

moves

Bodyworks meets Yoga

BODEGA moves® hat den perfekten Ansatz, den Körper gezielt zu formen und diesen nachhaltig von innen heraus zu stärken und dadurch lange gesund und vital zu halten.

In verschiedenen Schwierigkeitsstufen werden Elemente aus dem Bodyshaping mit Asanas aus dem Vinyasa Yoga kombiniert.

Somit ist für jeden etwas dabei.



Neuer Kurs – 10 Einheiten

ab **16.09.2025**

um **18:30 Uhr**

im **Sportheim
Oberlauringen**

Schnuppern möglich

Anmeldung und Kontakt
unter 0171 5255618

WhatsApp oder Telegram