22.08.2018

Yoga-Kurse im VHS-Seniorenprogramm

Zwei Yogakurse, die sich speziell an Seniorinnen und Senioren richten, beginnen demnächst an der Volkshochschule (VHS) Ludwigshafen. Der erste Kurs beginnt am Mittwoch, 5. September 2018, in Oggersheim im Vital-Zentrum, Raiffeisenstraße 24. Zwölf Termine, jeweils von 9 bis 10.30 Uhr, kosten 62 Euro. Der zweite Kurs findet im Seniorentreff "Mundenheim Aktiv" in der Wegelnburgstraße 59 statt ab Dienstag, 11. September 2018. Die 13 Termine sind jeweils von 9 bis 10.30 Uhr und kosten 66 Euro. Für beide Kurse sollten Teilnehmende bequeme Kleidung tragen und eine (Yoga-)Matte mitbringen, eine Wolldecke, rutschfeste Socken und ein Getränk.

Informationen gibt es an der VHS, bei Juliane Krohn, Telefon 0621 504-2017.

Anmeldungen sind an der VHS unter Telefon 0621 504-2238 möglich oder online unter www.vhs-lu.de.