

# NTV 86

Neukirchener Turnverein 1886 e.V.



Badminton  
Diverse Sportkurse  
Frauensport  
Handball  
Judo  
Eltern- u. Kind-Turnen  
Kinderturnen  
Tanzen Kinder  
Leichtathletik  
Schwimmen  
Tennis  
Tischtennis  
Volleyball  
Sport für Senioren

Neukirchener Turnverein 1886 e.V. · 51381 Leverkusen

Burscheider Str. 178  
51381 Leverkusen

Telefon: 02171-32458  
E-Mail: info@ntv1886.de  
Homepage: www.ntv1886.de

Neuer Kurs --- Neuer Kurs --- Neuer Kurs --- Neuer Kurs

## Yoga-Kurs

Wir üben Körperhaltungen (Asana), beruhigende Atemtechniken (Pranayama) und Meditation. Verspannungen können erspürt und gelöst werden. Der Geist wird ruhig. Körper und Seele entspannen und können so dem Alltag gelassener begegnen. Den Abschluss jeder Stunde bildet eine geführte Tiefenentspannung im Liegen.

Geeignet für Jedermann.

**Kursbeginn: Samstag, 09. November 2024** (6 Termine samstags)

Weitere Termine: 16., 23., 30.11., sowie 07. und 14.12.

**Uhrzeit:** 9.30 – 10.45 Uhr im Jugendheim

**Kosten:** Mitglieder 42 €, Nichtmitglieder 66 €

Mindestteilnehmerzahl: 6 / max. 10 Teilnehmer

**Anmeldung über die Geschäftsstelle - Bei Fragen gerne melden (02171-32458)**

Bankverbindung: Sparkasse Leverkusen  
IBAN: DE 88 375 514 400 123 118 242