

# 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

## Ferien-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: Mittwoch 16.07.**

Weitere Termine **Samstag 19.07., Mittwoch 23.07., Samstag 26.07. und Mittwoch 30.07.**

**Uhrzeit Mittwoch:** 18.00 – 19.15 Uhr im Jugendheim

**Uhrzeit Samstag:** 9.30 – 10.45 Uhr

**Kosten:** Mitglieder 35,00 €, Nichtmitglieder 55,00 €

Mindestteilnehmerzahl: 6 / max. 10 Teilnehmer

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