



Mindful Giants

Lebe bewusst. Wachse gezielt. Werde zum Mindful Giant.

Yoga | Entspannung | Pilates

Mit euren Kurskarten, könnt ihr nun an folgenden Kursen teilnehmen:

Dienstag: 18:00 – 19:00 Uhr

Entspannung mit Elementen aus Yoga und Pilates mit Melinda

Donnerstag 18:45 – 19:45 Uhr

Yoga mit Elementen aus der Entspannung mit Nina

im **Familienzentrum Edith Stein**

Auf der Wallme 6
59955 Winterberg

Kurskarten kosten 100€ und beinhalten die Teilnahme an 10 frei gewählten Einheiten aus beiden Kursen innerhalb eines Quartals.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Bei Fragen erreicht ihr uns per Mail
hello@mindfulgiants.de

Bitte bringt eine Matte, eine Decke und ggf. warme Socken mit.

Wir freuen uns auf euch!

