

Yoga und Lachyoga für Frauen

Dienstags von 11:00 – 12:00 Uhr
jeweils im Wechsel

YOGA

Ausgleich durch Entspannung und Bewegung sowie Stärkung von Muskulatur, Herz und Kreislauf.



LACH-YOGA

wirkt gegen
Stress, gibt Kraft und Vertrauen!



Das Angebot richtet sich an Flüchtlingsfrauen und ist kostenlos.

Weitere Informationen und Anmeldung bei:

FliehKraft - Kölner Flüchtlingszentrum
Turmstr. 3-5, 50733 Köln, 2. Etage
KVB Haltestelle Florastraße, Linie 12 und 15
Anmeldung unter 0221-168 605 70 und – 71
sowie unter info@fluechtlingszentrum.de
www.fluechtlingszentrum.de