



**Yogarina Yoga och Sämt i
Norrköping
i samarbete med NSGK!
Yoga för oss golfare!**

Vill du bli starkare rörligare och mer mentalt laddad inför säsongen 2018 så häng med och utvecklas med yoga.

Det är Yogarina i samarbete med NSGK som anordnar 4 tillfällen med Yoga.

Carina är sjukgymnast och yogainstruktör och kommer guida oss in i yogan. Alla kan vara med!

Vi träffas på Idrottens hus 21/2, 28/2, 7/3 och 14/3.

Passet börjar kl 19.00 och pågår 1 timme.

Yogan utförs bäst i mjuka kläder, barfota och medtag egen yogamatta eller liggunderlag.

Kostnad: 500:-

Anmälan: camilla@thormo.se eller carinastrom67@gmail.com

