



MORS DAG EVENT – YOGA FOR BEGYNDERE

Søndag den 12. maj 2019 kl. 10.30-12.00
KFIU-hallen i Valby, Knuthenborgvej 24

Mor – kvinde, kollega, veninde, søster, svigerinde, moster, faster, mormor, farmor, datter. **ALLE** skønne kvinder, piger og damer kan sikre sig et par timers søndagsforkælelse på **mors dag**, hvor der står yoga for begyndere, bobler, jordbær og andet lækkert på menuen. **Mors dag** eventen er en gave til dig – ganske gratis og lige til at tage i brug.

Sæt et ekstra **X** i kalenderen på **mors dag** – og inviter din mor, datter, veninde eller en anden kvinde med!

Det skal der ske

Når vi siger "for begyndere", så mener vi det virkelige. Du behøver hverken have sort bælte i yoga, kunne stå på hovedet eller gå i spagat for at være med til denne event.

Vi laver yoga for begyndere med blid opvarmning, masser af guidning fra instruktøren, øvelser, som alle kan være med til, og rolig afspænding. Yoga giver smidighed, øger din styrke, og tanker din krop og dit hoved op med ro og velvære – lutter gode ting. Mød op i afslappet tøj og godt humør!

Tilmeld dig - kun plads til 50!

På www.fskbh.dk – senest den 8. maj 2019.
Der bliver rift om pladserne, så skynd dig!



Følg os på Facebook:
Firmaidræt Storkøbenhavn - fskbh.dk

www.fskbh.dk

Pris? – nej, det er gratis og med gaver!

Mors dag event er en gave til dig og alle andre kvinder. Du får:

- 1½ times yoga for begyndere
- Vand undervejs
- Yogamåtte, du må tage med hjem
- Lidt lækkert til ganen efter yogaen



FIRMAIDRÆT
STORKØBENHAVN