

Gymnastik für Frauen – sanft beginnen, beweglich bleiben

Nächster Start ab

07.04.2026

10:00 – 11:00 Uhr

Jeden Dienstag

Wo: Wohncafe, Max-Bill-Str. 13

Anmeldung und Info:





Nachbarschaftstreff Domagkpark

Özlen Sönmezler

Telefon 0177 8232137

oehlen.soenmezler@muenchner-wohnen.de

Jetzt anmelden:

-  Für mehr Beweglichkeit
-  Für ein besseres Körpergefühl
-  Für neue Kraft und Wohlbefinden
-  **AKTION:** bring eine Freundin, Nachbarin, Schwester mit und sie kann kostenfrei teilnehmen.

Kursleiterin: Nilda Eping ist erfahrene und langjährige Yoga- und Sporttrainerin. Nilda bietet den Kurs ehrenamtlich an.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Max. 10 Plätze

Für Anfänger*innen und Geübte
5 Euro pro Stunde



Foto: Nilda Eping