

YOGA

Bild: „Welle“ von Daniela Lammer

Vinyasa Yoga Flow-Yoga

Kursleitung: Daniela Lammer (RYS/Yoga Weda)

Dienstag 17:30 - 18:45 Uhr

Ort: Der MaiHof
Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern

Kosten: Fr. 10.- /Lektion (subventioniertes Angebot)

Anmeldung: Daniela Lammer, 079 787 68 27
daniela.lammer@gmx.ch

Mitnehmen: Yoga-Matte
Trainingsanzug oder bequeme Kleider

Hatha Yoga klassisch

Kursleitung: Luzi Lambertucci (SYV/EYU)

Dienstag 19:00 - 20:30 Uhr

Ort: Der MaiHof
Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern

Kosten: Fr. 10.- /Lektion (subventioniertes Angebot)

Anmeldung: Luzi Lambertucci, 079 360 43 44
luzi.lambertucci@hotmail.com

Mitnehmen: Yoga-Matte
Trainingsanzug oder bequeme Kleider



www.z-m-l.ch

Zusammen leben

MAIHOF - LÖWENPLATZ



Stadt
Luzern
Integration

Katholische Kirche
Stadt Luzern