Yoga · Erster Termin

Sport-Vereine.org

- [ ] Unterrichtsschwerpunkt erfragt
- [ ] Niveau und Art der Hilfestellung geklärt
- [ ] Bodenübungen und Varianten besprochen
- [ ] Matte oder Leihmatte organisiert
- [ ] Bedarf an Decke oder Block erfragt
- [ ] Bewegliche Kleidung vorbereitet
- [ ] Treffpunkt und Raum bestätigt
- [ ] Bei Interesse Präventionsnachweis erfragt

Regelquelle öffnen

www.sport-vereine.org/sportarten/yoga/