


**Diakonie**   
**Diakonisches Werk**  
**Offenbach-**  
**Dreieich-Rodgau**

Regionales Diakonisches Werk  
des Diakonischen Werks  
in Hessen und Nassau e.V.

## Pressemitteilung

Bereich Freiwilligen- und  
Generationenarbeit

Martina Geßner  
Telefon: 06103 9875-15  
Telefax: 06103 9875-20  
Martina.gessner@diakonie-  
of.de

Dreieich, 10.05.2019

### Freie Plätze bei Yoga auf dem Stuhl

Beim Kurs „Yoga auf dem Stuhl“, der am Dienstag, 04.Juni, 10.00-11.30 Uhr, in der Winkelmühle startet, sind noch einige Plätze frei. Angeleitet von der Yogalehrerin Heike Krack können auch diejenigen etwas für die Gesundheit tun, denen Angebote auf der Matte zu beschwerlich sind.

Beim Yoga auf dem Stuhl werden neben der Beweglichkeit insbesondere Konzentration und Entspannung durch Atemübungen gefördert. Die Gruppe wird fortlaufend angeboten. Die Kosten betragen 70 € für 10 Termine. Ein Fahrdienst kann bei Bedarf in Anspruch genommen werden.

Eine Anmeldung in der Winkelmühle ist unbedingt erforderlich: Telefon 06103 – 98 75 25 oder [begegnungsstaette@diakonie-of.de](mailto:begegnungsstaette@diakonie-of.de).