



**Eintracht**  
FRANKFURT

TURNEN



# YOGILATES

## » YOGA UND PILATES VEREINT!

Ganzkörperliche Trainingsform, die fließende Elemente des (Hatha)-Yoga für seelisches und körperliches Wohlbefinden mit gezielten Übungen aus dem Pilates zur Körpermitte, dem Powerhouse, verbindet und somit die Körperhaltung verbessert.

- » **Termine:** mittwochs, 10:00 – 11:00 Uhr
- » **Ort:** Ballettsaal, 1.OG,  
Oeder Weg 37  
60318 Frankfurt
- » **Kursleitung:** Yoga- und Pilates-Trainerin Daniela Loke

**Hinweis:** für die Teilnahme ist zzgl. zum Mitgliedsbeitrag der Zusatzbeitrag „Yoga“ von 5 € / Monat fällig, 2 Probestunden sind kostenfrei.

---

### » Weitere Informationen

Geschäftsstelle Turnabteilung » Oeder Weg 37, 60318 Frankfurt am Main  
Öffnungszeiten » Di & Do 09:00 – 12:00 Uhr, 15:00 – 18:00 Uhr  
Telefon » 069 55 35 40 E-Mail » [turnen@eintracht-frankfurt.de](mailto:turnen@eintracht-frankfurt.de)