

Kostenloses Yoga für Frauen in Frechen

Von Daniela Nieswandt

18. September 2026, 12:16

chon in wenigen Tagen startet das neue Angebot „Yoga für Alleinerziehende/Mütter“ – ein Gemeinschaftsprojekt von Frechen Miteinander und der Alleinerziehenden-Beratung des SkF.

Die Teilnehmenden erwartet eine wohltuende Kombination aus Bewegung und Entspannung durch Yoga. Im Anschluss besteht bei einem kleinen Snack die Möglichkeit zum Austausch, gegenseitiger Unterstützung und zum Kennenlernen.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmende und schöne gemeinsame Begegnungen.

Den Flyer mit allen Terminen und weiteren Informationen sehen Sie **hier!** (/export/sites/caritas/rheinerft-skf/.content/.galleries/downloads/10.09.26_flyer-yoga_Skf.pdf)