



## **Inbjudan till Golfyoga med Mälarö GK Skytteholms Damkommitté**

Nu har du världens möjlighet att mjuka upp kroppen och stärka din mentala kapacitet inför golfsäsongen 2023 och träffa nya golfvänner.

Mälarö GK Skytteholm arrangerar golfyoga på söndagar kl 15-16 i Mälarö Yoga och friskvårdcenters lokal vid Träkvista torg, Jungfrusundsvägen 5 Ekerö.

### **Golfyogan**

- Yogalärare Ylva Tamm Fluch, medlem på Mälarö GK Skytteholm.
- Golfyoga 8 söndagar kl 15-16 i Yoga centrets lokal, under perioden januari – mars 2023. Preliminär start i mitten av januari 2023.
- Yogamatta och klossar finns i lokalen, Klädsel, mjuka bekväma träningskläder.
- Pris: endast 500 kr för 8 tillfällen. Betalning via swish efter bekräftelse från oss om deltagande.
- Antalet platser är begränsat, max 12 personer, först till "kvarn" gäller.

### **Anmälan**

Välkommen med Din anmälan senast den 19/12 till

[annika.akesson01@gmail.com](mailto:annika.akesson01@gmail.com)

Välkommen Damkommittén Mälarö GK Skytteholm