

# Bramfelder SV



## Einladung

### Kundalini Yoga at Home (Zoom) am 15.01.2021

Beginn: 08:15-09:15 Uhr

Ort: Online ( ZOOM)

#### BSV - Zentrum

Ellernreihe 88 | 22179 Hamburg  
040 - 641 41 44  
info@bramfelder-sv.net  
www.bramfelder-sv.com

#### GESundFIT

Erich - Ziegel - Ring 44 | 22309 Hamburg  
040 - 63 64 72 35

#### Beachpark Bramfeld / Tennis

Haldedorfer Str. 104 | 22179 Hamburg

#### Bankverbindung

dynamische Körperübungen mit  
einer Entspannung sowie Meditation kombiniert. Die Übungsreihen arbeiten an unterschiedlichen  
Körperregionen, Organen, Drüsen u.v.m. Du wirst gelassener, entspannter, energetischer, intuitiver,  
klarer und gesünder. Ganz nebenbei wird der Körper trainiert und das Körperbewusstsein geschult.  
Kundalini Yoga zeichnet sich durch einfache Haltungen aus und ist für Menschen jeden Alters und jeder  
körperlichen Verfassung geeignet.

BIC: HASPDE33XXX  
Steuer Nummer: 17/4030/1116

Ihr benötigt dazu bequeme Sportkleidung, eine Matte, evtl. ein Sitzkissen, Wasser und viel Spaß beim Üben!

## Hier die Zugangsdaten für

### Kundalini Yoga at Home - Bramfelder Sportverein (Zoom) Freitag 8:15 - 9:15 Uhr

Zoom-Meeting beitreten / Einladungs-Link:

<https://zoom.us/j/95112316039?pwd=YWQxODZmSy9VaGJpRlIPbGZ3ZzdaQT09>

Meeting-ID: 951 1231 6039

Kenncode: 499276

Schnelleinwahl mobil +496938079883,,95112316039#,,,,,0#,,499276# Deutschland

Wie das genau geht:

1. Auf den Link "Zoom-Meeting beitreten" klicken oder die Adresszeile in den Browsers kopieren
2. Zoom-Client herunterladen und installieren
3. Meeting beitreten anklicken

Aikido | Aktiv & Gesund | Badminton | Ballett | Basketball | Fussball | GESundFIT | Handball | Hockey | Judo | Karate | Kinderturnen | Leichtathletik  
Rehasport | Schwimmen | Skat | Tennis | Tischtennis | Trampolin | Triathlon | Volleyball | Wandern



Bramfelder SV

4. Kenncode eingeben

5. Jetzt müsst ihr warten, bis das Meeting von eurer Trainer\*in eröffnet wird

Ihr benötigt:

- Internetfähiges Endgerät (Smartphone, Tablet, Notebook oder PC)
- Integrierte Kamera und Audio-Funktion (Mikrofon + Lautsprecher-Funktion)

Wir freuen uns auf Euch!

Anke

---

Aikido | Aktiv & Gesund | Badminton | Ballett | Basketball | Fussball | GESundFIT | Handball | Hockey | Judo | Karate | Kinderturnen | Leichtathletik  
Rehasport | Schwimmen | Skat | Tennis | Tischtennis | Trampolin | Triathlon | Volleyball | Wandern

