

Je bewusster wir mit uns umgehen,
desto glücklicher und gesünder leben
wir. In diesem Kurs wollen wir uns
mittels Körperstellungen besser kennen-
lernen und früher wahrnehmen, was
unser Organismus für sein Wohlbefinden
braucht. Unser Körper erfährt darin einen
Wechsel von Anspannen, Loslassen,
Dehnung und Kräftigung der Muskulatur, was
Verspannungen und Blockaden löst. Durch
bewusstes Erleben und das Los-
lassen von Spannung kommen wir zu
mehr Leichtigkeit in der Bewegung und
Lebensfreude.

Mitzubringen sind eine Decke, wenn
möglich eine Yoga- oder Isomatte und
dicke Socken.

Sie sind herzlich eingeladen!

Franziska Badorreck
Katholische Erwachsenenbildung Osnabrück

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht!
Sie erhalten aber Nachricht, wenn der Kurs
nicht wie angegeben stattfindet.

Kurs-Nr.: ZOGE5024

Termin: montags, 16:45 – 18:15 Uhr
10 Treffen, wöchentlich

Beginn: 24. November 2025
(nicht in den Weihnachts- und Zeugnisferien)

Ende: 22. Februar 2026

Kosten: 100 €

Referentin: Maria Wille-Wulftange,
Yoga-Lehrerin / Krankenschwester
Telefon: 0541 64224

Veranstaltungsort:
Kath. Kindergarten St. Antonius,
Bramstr. 101, 49090 Osnabrück

Anmeldeschluss:
je mit Beginn eines neuen Kurses

SEPA-Lastschriftmandat:
Das SEPA-Lastschriftmandat wird ab 6 Werktage
nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Bei
einer Absage Ihrerseits nach Anmeldeschluss ist
in der Regel leider keine Erstattung der Kursge-
bühr möglich, ebenso wie bei nicht vollständiger
Teilnahme am Kurs. Wir bitten um Verständnis.

Datenschutz:
Wir halten uns an die gesetzlichen Datenschutz-
bestimmungen (und unterstehen dem kirchlichen Daten-
schutzgesetz, das sich an die EU-DSGVO an-lehnt). Sie
haben jederzeit das Recht, Ihre bei uns gespeicherten
Daten einzusehen, sie löschen zu lassen oder der weite-
ren Verarbeitung zu widersprechen. Wenden Sie sich
dazu an die im Flyer genannte Anmeldeadresse. Unse-
re ausführliche Datenschutzerklärung finden Sie unter
www.keb-os.de.

Anmeldung:

Hiermit melde ich mich an zum Kurs (bitte ankreuzen)

☐ **Yoga, ab 24.11.2025, ZOGE5024**
Osnabrück, 100 €

Name, Vorname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Telefon / Handy

Mail

SEPA-Lastschriftmandat
KEB Osnabrück, Gr. Rosenstr. 18, 49074 Osnabrück
Gläubiger ID: DE07ZZZ00000461757
Die Mandatsreferenz setzt sich zusammen aus dem
Kürzel „KEB“ und Ihrer TN-Nr.; im Feld Verwendungs-
zweck finden Sie folgende Angaben: Kursnummer,
TN-Name, TN- Vorname, Kurstitel

Ich ermächtige die KEB, Zahlungen von meinem Konto
mittels einmaliger Lastschrift einzuziehen. Zugleich
weise ich mein Kreditinstitut an, die von der KEB auf
mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend
mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten
Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem
Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor- und Nachname Kontoinhaber:

IBAN:

DE _ _ _ _ _

BIC: _ _ _ _ _

Ich nehme zur Kenntnis, dass meine Daten ausschließlich zum
Zwecke der Kursverwaltung gespeichert werden.

Datum

Unterschrift

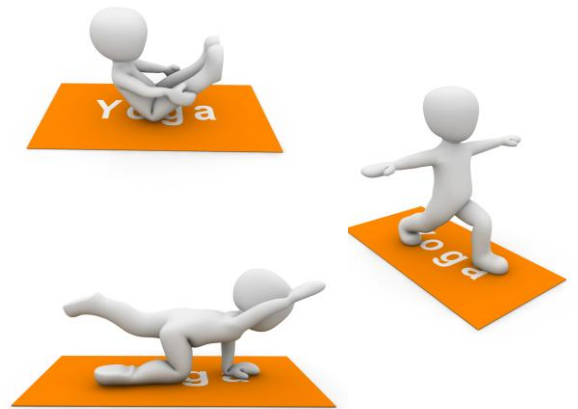
bitte abtrennen

Maria Wille-Wulftange
wegen KEB
Haster Esch 22
49090 Osnabrück



Katholische
Erwachsenenbildung
Osnabrück e.V.

Hatha Yoga



November 2025 – Februar 2026

Osnabrück

**Kath. Kita
St. Antonius Haste**