

Allgemeine Zeitung

RHEIN MAIN PRESSE

[Allgemeine Zeitung](#) / [Lokales](#) / [Bad Kreuznach](#) / [Stadt Bad Kreuznach](#)

Stadt Bad Kreuznach 23.10.2014

Kampfsport trifft Yoga

IPPESHEIM - (red). Körper, Geist und Seele in Einklang bringen. Das ist nicht nur Ziel von Kampfsportarten. Ab Dienstag, 18. November, bereichert der Kampfkunstverein Cheong Do e. V. sein Trainingsprogramm durch ein weiteres Sportangebot, das dem gleichen Ziel dient: Yoga – eine Jahrtausende alte Bewegungslehre ergänzt das Kampfsporttraining. Energie, Ausgeglichenheit und Muße für den Tag: Personen, die Spaß an der Bewegung haben, sich körperlich betätigen sowie Kraft und Energie tanken und Blockaden und Verspannungen abbauen möchten, können sich ab sofort für den jeweils 90-minütigen Kurs, der insgesamt achtmal in der Turnhalle in Ippesheim, Junkerstraße von 19.30 Uhr bis 21 Uhr stattfindet, anmelden. Leiterin des Kurses ist Meike Lux. Sie trainiert seit zehn Jahren Yoga und hat bereits mehrere Yoga-Kurse mit viel Erfolg durchgeführt. Anmeldungen sind ab sofort beim Kampfkunstverein Cheong Do e. V. möglich. Die Kursgebühr in Höhe von 80 Euro ist im Voraus fällig, zahlbar auf das Konto des Vereins. Der Kurs kommt zustande, wenn sich mindestens acht Teilnehmer angemeldet haben. Der Kurs wird von vielen Krankenkassen bezuschusst.