

Vizeweltmeister Klaus Lustig gibt in Remagen Tipps



■ **Remagen.** Für einen Workshop der Extraklasse hatten Discofox-Trainer Sylvia und Peter Wihl (Tanzsportabteilung des Post SV) Klaus Lustig, Vizeweltmeister und mehrfacher Deutscher Meister, eingeladen, der den Teilnehmern viel Technik und eine anspruchsvolle Figurenfolge vermittelte. Der PSV-Kurs Yoga für Anfänger und Senioren beginnt am Mittwoch, 18. Januar. Sanftes Yoga dient der Verbesserung des Körper-

gefühls, Kräftigung der Gelenke und Muskeln, Stärkung der Konzentration und des Gleichgewichtssinns. Bis 5. April treffen sich Teilnehmer mittwochs, 10 bis 11.15 Uhr, im Vereinsheim, Goethestraße 19-21 in Remagen. Während der Probestunde kann man am 11. Januar, 10 Uhr, im Vereinsheim erste Yogaübungen kennenlernen. Infos: Kursleiterin Claudia Sommer, Tel. 02641/204 931 und www.postsv-Remagen.de