KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Sommer-Yoga-Kurs: In der Bewegung den inneren Frieden finden

Workshop zur Vertiefung oder Entdeckung

Fr 22.08.2025, 9.00 Uhr - Sa 23.08.2025, 12.00 Uhr

Yoga wirkt auf den ganzen Organismus sowohl kräftigend als auch entspannend und Stress reduzierend. Viele positive Wirkungen sind inzwischen wissenschaftlich nachgewiesen. Yoga stellt einen umfangreichen Schatz an Übungen für und mit dem Körper, der Atmung und der Konzentration zur Verfügung. Wir üben in achtsamer und wertschätzender Weise und kultivieren so eine hohe Qualität ohne Leistungsanspruch. Yoga im Freien zu üben hat eine besondere Faszination.

Ort
Ehem. Franziskanerkloster, Franziskanerpl. 1, 84307 Eggenfelden

Mitveranstalter
A.S.A.M Kloster-Verein

Referentin
Doris Graf

Kosten
auf Nachfrage

Anmeldung
08721/911074 (Doris Graf) oder dorisgraf.yoga@gmx.de

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-02-07 12:02:14

Tel. (08671) 41 44
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de