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

Yoga & Hot Stone – Eine Auszeit für dich

Angeleitete Yoga-Übungen für eine tiefe Entspannung

Mo 15.12.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

Yin Yoga mit Hot Stone ist eine einzigartige Kombination von zwei wohltuenden Praktiken. Diese Fusion bietet eine tiefgehende Entspannung und fördert sowohl die körperliche als auch die geistige Regeneration.

Vier einzelne Termine (jeweils 19.00-20.30 Uhr):
Mo 08.12./15.12.
Mi 10.12./17.12.

Mitzubringen sind sportliche, bequeme Kleidung, Decke, Yoga- bzw. Gymnastikmatte und evtl warme Socken.
Keine Yoga-Kenntnisse erforderlich.

Ort
Trachtenheim, Englsperg 1, 84568 Pleiskirchen

Mitveranstalter
Kirchliches Jugendbüro Altötting

Referentinnen
Luise Reiter, Ingrid Kübelsbeck

Anmeldung
0175/2813924 (Ingrid Lübelsbeck) bis 30.11.2025

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-11-24 11:03:10

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