

Termine Hohe Schrecke — Detailinformation

Yoga trifft Hohe Schrecke

Die innere Balance wiederfinden, der Hektik und den Problemen des Alltags entfliehen und neue Energie tanken - dafür ist die Natur der ideale Ort. Die Stille des Waldes, das Flüstern der Bäume im Wind und der Duft einer Blumenwiese - die Natur ist eine Kraftquelle für Körper und Geist. Mit ganz einfachen Achtsamkeits-, Atem- und leichten Yogaübungen wollen wir diese Kraft für unseren Alltag nutzen.

Ich lade sie auf einen Spaziergang in der Hohen Schrecke ein - jeweils am letzten Sonntag im Monat.

Wir treffen uns am Eingangstor zum Kloster Donndorf um 10.30 Uhr.

Unkostenbeitrag: 5,50 €



Termine:

25.08.2019 • 10:30 Uhr

29.09.2019 • 10:30 Uhr

E-Mail: karlawuerfel@gmx.de