



Katholische Erwachsenenbildung  
Rottal-INN-Salzach e.V.

## **Yoga-Perlen: In der Bewegung den inneren Frieden finden**

### **Workshop zur Vertiefung oder Entdeckung**

**Sa 22.10.2022, 10.00 - 14.00 Uhr**

**Ort:**

Eggenfelden, Ehem. Franziskanerkloster, Franziskanerpl. 1, 84307 Eggenfelden

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.

**Mitveranstalter:**

A.S.A.M Kloster-Verein

**Referentin:**

Doris Graf

**Kosten:**

30 Euro

**Veröffentlichungsdatum:** 22.11.2021

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

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)  
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44  
Fax 08671 – 84 671  
info@keb-ris.de  
www.keb-ris.de