Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Yoga-Perlen: In der Bewegung den inneren Frieden finden

Workshop zur Vertiefung oder Entdeckung

Sa 02.04.2022, 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