

**Yoga–Gartenworkshop
am Sonntag, 10.Juli 2022 von 16:00 – 18:00 Uhr
zum Atem-Holen7**



- In unserem geschützten Garten zur Sommerzeit,
- Den weiten Himmel über uns,
- Zum Atem-Holen,
- Mit Asanas zur bewussten Unterstützung des Atems
- Der Atem als Meditationsobjekt zur Ausrichtung auf den Moment,
- Unter freiem Himmel, solange es das Wetter erlaubt, sonst unter dem Dach

- **Veranstaltungsort:** Sooderstraße 45 in 65193 Wiesbaden.

- **Leitung und Anmeldung: Nikola Knorr, (Yogalehrerin seit 1986):**
0611 – 20 565 56 - kontakt@nikola-knorr.de

- Die schriftliche oder mündliche Anmeldung ist verbindlich.
Abmeldungen kostenfrei gleich aus welchem Grund bis 2 Werktage vorher möglich.

- Kosten: 25,00€ in bar vor Ort bitte mitbringen.