

YOGA IM PARK ZUM WELTYOGATAG

Dienstag, 21.06.2022
16:45 - 19:45 Uhr

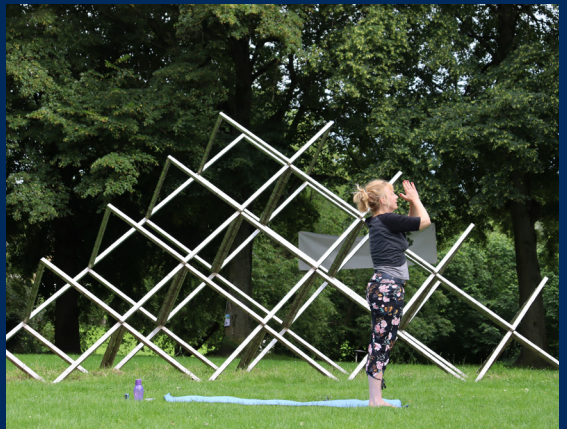
Würselen, Stadtgarten (Plateau)

gebührenfrei



„Yoga ist für mich
der rote Faden, der sich
durch mein Leben zieht.“

Nischka Franck



Der Internationale Tag des Yoga oder auch Welt-yogatag wurde von der Generalversammlung der Vereinten Nationen mit dem Ziel beschlossen, die gesundheitlichen Vorteile des Ansatzes des Yoga stärker ins öffentliche Bewusstsein zu rücken.

Bei „Yoga im Park“ bieten fünf Yogalehrer*innen einen Einblick in die vielfältige Welt des Yogas: Sie können jederzeit einsteigen oder die ganze Zeit verweilen und Yoga in einer besonderen Atmosphäre erleben – auch ohne Vorkenntnisse.

Jede*r, die/der mitmachen möchte, ist herzlich willkommen. Bitte eine Unterlage (Yogamatte, Isomatte oder Decke) und ausreichend zu trinken mitbringen.

Um Anmeldung wird gebeten (02404 90 63-0)!

Programm:

16:45 Lu Jong Yoga mit Birgit Pelzer-Melzner

17:20 Rücken Yoga mit Nischka Franck

17:55 Vinyasa Yoga mit Rebecca Klinkenberg-Baum

18:30 Vini Yoga mit Ruth Happe

19:05 Yin Yoga mit Jennifer Zeller