

ALM-YOGA

YOGA & WELLNESS

ein Tag

AUSZEIT NUR FÜR MICH !

Auftanken für Körper, Geist und Seele



GANZTAGES

WORKSHOP

im wunderschönen
Almwellnesshotel
Pierer auf der Teichalm



Einfache KÖRPER-, ATEM- und ENTSPANNUNGsübungen

Für Innere **RUHE, GELASSENHEIT, STÄRKE** im Alltag

YOGA fördert Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer

Sonntag, 20. SEPTEMBER 2026 (10 -17 Uhr)

Sonntag, 18. OKTOBER 2026 (10 -17 Uhr)

Bitte um ANMELDUNG unter **0681/8195 9009** oder **namaste1@gmx.at**

www.yogenergy.at



Yogaraum mit traumhafter
Aussicht auf die Berge des
Naturparks Almenland

Bei Asanas auf der Sonnenterrasse
die wohltuende Wirkung der Natur
mit allen Sinnen erleben

