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, 15. NOVEMBER 2026 (10 -17 Uhr)

Bitte um ANMELDUNG unter ***0681/8195 9009*** bzw. ***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

