

# Advent-Yoga

Mit Yoga entspannt durch den Advent

## Advent-Yoga Workshop

---

„Mach mit – einfach mal innehalten“

Hier kannst du auftanken, zur Ruhe kommen  
und Kraft schöpfen

**Themen:** *Chakra Yoga*  
*Yoga und Ayurveda*

Zu deinem Kurs bekommst du Tee angeboten.  
In der Pause warten ein paar Snacks auf dich.:)

**Wann:** Mittwoch, 20. Dezember 2023

**Uhrzeit:** 18.30 Uhr – 20.30 Uhr

**Kosten:** 35,00 Euro

**Ort:** Eichenweg 52, 54568 Gerolstein

*Anmeldung: Yogalehrerin Monika Keul – Tel. 06591/7385-  
monika.keul@hotmail.com*