



BEWEGUNG IM EINKLANG

108 Sonnengrüße zur Sommersonnwende

Zur Sommersonnenwende, an den Tagen, an denen uns das Licht am längsten zur Seite steht, fließen wir durch die 108 Sonnengrüße und erfahren dabei eine bewegte Meditation.

Der Sonnengruß ist hervorragend geeignet um mit frischer Energie in die zweite Hälfte des Jahres zu starten. 108 Sonnengrüße wirken reinigend und klärend auf unseren Körper und Geist.

Im wunderschönen Ellmatal im Garten des Landhotel Hochlackenhofs praktizieren wir gemeinsam und anschließend lassen wir den Vormittag bei einem gemütlichem Frühstück ausklingen.

Samstag, 25.06.2022

um 08:00 Uhr bis ca. 10:00 Uhr

Preis: € 28,00 (exkl. Frühstück)

Anmeldung erforderlich bis spätestens 18.06.2022!

Bei Schlechtwetter praktizieren wir Indoor!

Kontakt: Evelyn Schorn - evelyn@bewegung-im-einklang.at - +436642601537

Helene Asböck - helene@bewegung-im-einklang.at - +436649137580