



# Yoga Sommer Special in deiner Kiezkirche

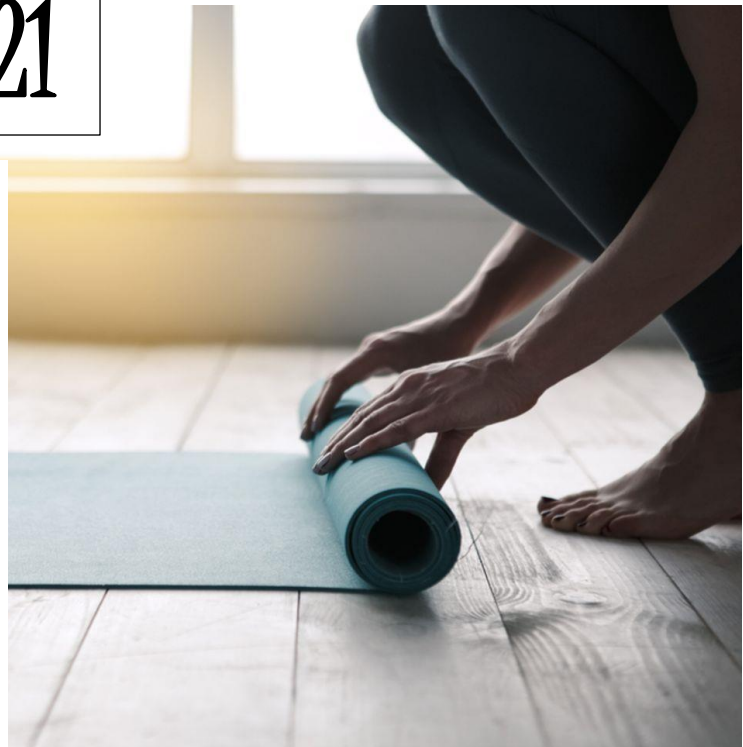
Ab 21. Juli 2021

Für Anfänger\*innen  
und Fortgeschrittene

Im Kurs geht es um die Einführung von Körper- und Atemübungen des Yogas, die einfach zu erlernen sind, und die Gesundheit von Körper und Geist fördern.

Hierbei stehen der schrittweise Aufbau von Yogahaltungen, die Koordination von Bewegung und Atem, sowie angeleitete meditative Entspannungsübungen im Mittelpunkt.

Anmeldung erforderlich! Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.



Immer **mittwochs**

18.00 h bis 19.15 h oder 19.30 h bis 20.45 h

Anmeldung, Infos & Rückfragen

Susanne Werner (Sozialpädagogin, Yogalehrerin & Diakonin)

FON: 030 / 673 028 66

EMAIL: [susanne.werner@ostergemeindeberlin.de](mailto:susanne.werner@ostergemeindeberlin.de)

