



Yoga-Wochenende im Waldviertel

**Freitag, 8.12. bis
Sonntag, 10.12.2023**
In Schönbach

ENTSPANNT
ERHOLT
RUHIG
FROH
GESUND
KRÄFTIG
BEWEGLICH

Gabriele Stark

DIE REFERENTIN

Eva RührnöbI

Yogalehrerin (Gesundheitsyoga,
Meditationslehrerin, Kinderyoga)

KURSGEBÜHR: 140 Euro
Für weitere INFORMATIONEN sende
eine Mail an eva@quixquax.at



DAS PROGRAMM

Meditation
Mantrasingen
Yin-Yoga
ZEN-Yoga
Gesundheitsyoga
Achtsamkeitsübungen
Hatha-Yoga u.v.m.

Ich möchte viele Bereiche des Yoga
präsentieren und für dich ein abwechs-
lungsreiches Wochenende gestalten.

