



**gesunde
gemeinde**



YOGA FÜR ANFÄNGERINNEN UND FORTGESCHRITTENE

Kursleitung

Marielle van Leeuwen

Schenke dir eine Auszeit vom Alltag und finde Ruhe im Hier und Jetzt. Im Yoga-Kurs begleiten dich fließende Bewegungen, bewusster Atem und Momente der Stille. Egal, ob du deine ersten Schritte machst oder deine Praxis vertiefen möchtest – dieser Kurs lädt dich ein, achtsam mit dir selbst zu sein und neue Energie zu schöpfen.

Melde dich jetzt an und gönn dir Zeit für Körper, Geist und Seele.

START:

BEGINN:

Montag, 13. April 2026

Gruppe I: 17:30 – 18:30 Uhr

Gruppe II: 18:45 – 19:45 Uhr

DAUER:

8 Termine jeweils Montags

KURSKOSTEN:

€ 24,00/TeilnehmerIn

VERANSTALTUNGSORT:

Mallnitz, Turnsaal VS

ANMELDUNG:

Gemeinde Mallnitz 04784 255-12

Anmeldeschluss: 09. April 2026

(begrenzte Teilnehmerzahl)

Mitzubringen sind Yogamatte, Decke und Wasserflasche!

Die Veranstaltung findet auf Initiative der „Gesunden Gemeinde“ Mallnitz statt und wird von der Unterabteilung Gesundheitsförderung des Landes Kärnten finanziell unterstützt.