

# yoga

... ist Meditation  
in Bewegung

**„Deine Auszeit vom Alltag“**  
mit Themenstunden, Übungen,  
professionellen Atem- und  
Entspannungstechniken

**START: Dienstag, 17. Juni 2025**  
16.30 und 18.30 Uhr | jeweils 90 min.

**KOSTEN: 10er Karte 115,- | Einzelkarte 13,- Euro**

**WO: im schönen Tagungsraum**  
Haus Katharinensee |  
Bahnhofstraße 56 in Müllrose

**AB AUF DIE ANMELDUNG bis 13. Juni 2025**  
**MATTE! bei Sabine Scharath**

(Yogalehrerin und Entspannungskursleiterin  
im Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer)

**Funk 0178 148 51 12**

