



Yoga

Draußen in der Natur, auf einer Wiese im Obstgarten, bieten wir Yogastunden für Anfänger und Mittelstufe an. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Finde durch die Einführung in die Yogapraxis zu einer tiefen Atmung. Entdecke Wege zur Entspannung und zur Reduzierung von Stressreaktionen, zu mehr Energie, Kraft und Beweglichkeit.

Termine: Samstag, den 5.4.25 um 16h
Mittwoch, der 27.8.2025 um 16h
Samstag, den 20.9.25 um 16h

Preis: 25€/Person

Ort: Obstgarten vom Ponyhof Neuholland,
Nassenheider Chaussee 27, 16559 Liebenwalde

Anmeldung: Email: julia@ponyhof-neuholland.de

„Frieden beginnt damit, dass jede*r von uns sich jeden Tag um den eigenen Körper und Geist kümmert.“ (Thich Nhat Hanh)