



8. pkl-kmk-Spenden-Yoga

Fit und entspannt mit pkl und kmk

Am **02. Juni 2019** treffen wir uns von **15.00 – 17.00 Uhr** im **Großen Garten**, Liegewiese hinter der Freilichtbühne Junge Garde, zu Sonnengruß, Face Reading und ayurvedischen Köstlichkeiten.



pkl  **kmk**

www.pkl-kmk.de

Doppelte Kompetenz. Bessere Beratung.



Anne Fierhauser (Tortuga-Coaching) unterstützt mit ihrem individuellen Face Reading „Na – komm vorbei – zeig mir dein Gesicht und ich zeig dir deine Schönheit“ wieder unser Projekt.

Hatha-Yoga für Entdecker

Freestyle, spielerische Praxis, Kreativität und Körperbewusstsein



02. Juni 2019, 15.00 – 17.00 Uhr
Großer Garten, Liegewiese hinter der
Freilichtbühne Junge Garde

Ansprechpartner für Rückfragen
Steuerberaterin Gudrun Richter
Yogalehrerin (BYV)/Yogatherapeutin (BYAT)

„Man kann den Wert von Yoga nicht beschreiben, man muss ihn erfahren.“

B. K. S. Iyengar



Wir freuen uns auf Ihr Kommen. Gern können Sie weitere Yoga-Interessierte mitbringen.

Für „**Yoga-Neulinge**“ bitte beachten: Möglichst zwei bis drei Stunden vor Beginn der Yogastunde nichts „Schweres“ essen und bequeme Kleidung anziehen.

Mitzubringen sind gute Laune sowie eine Matte und eventuell eine Decke oder ein dickes Handtuch für die Schlusssentspannung. Für spontane Teilnehmer stehen 6 Yoga-Matten zur Verfügung.



Mit Ihrem Beitrag in Höhe von 10 EUR (gern auch mehr) unterstützen wir das Projekt „Therapieschwimmen“ für Kinder mit und ohne Behinderung des Lebenshilfe e.V. in Dresden.