



Leichter leben



AUSZEIT-TAG

Achtsames Sein ॐ Genießen mit Körper, Geist ॐ Seele
in Igls ॐ Umgebung



Sa., 7. Nov.
9.00 – 17.00



Yoga ॐ Meditation

Wandern ॐ Waldbaden

Ayurveda-Essen ॐ Koch-Tipps

Ruhe ॐ Entspannung



Igls, Yoga-Pavillon: Einstimmung ॐ geführte Meditation

Igler Natur-Räume: Wandern ॐ Waldbaden mit Karin

Igls, Yoga-Platzl: Ausklang ॐ sanftes Yoga mit Stephan



Seminar-Beitrag: € 95.- / Beitrag für Essen & Getränke € 15.-

Detail-Infos unter 0699-10506135; verbindliche Anmeldung per E-Mail an

karin.hofinger@vitalimpuls.com