

Besinnlicher Advents-Beginn am 30. November



Lasst uns die Adventszeit mit einem besonderen und stimmungsvollen Tag beginnen - wir stimmen uns hier im Robinson-Zentrum auf die besinnliche Vorweihnachtszeit ein.

10.00 – 11.15 Uhr **YinYoga mit Tatiana**

11.30 - 12.30 Uhr **Pilates mit Andrea / Doro**

15.00 – 16.00 Uhr **Faszien Yoga mit Julia**

16.15 – 16.35 Uhr **Meditation**

16.45 – 18.30 Uhr **YogAdvent Vinyasa-sanft
mit Tee- und Kakao Zeremonie**



Öffne Dein Herz und fließe mit durch langsame und beruhigende Yoga-Flows. Erde Dich, komme zur Ruhe, meditiere und wenn Du magst singe mit – oder höre einfach zu, stimme Dich bei Kerzenlicht auf diese liebevolle und friedliche Zeit ein!

Wir verwöhnen Dich mit Plätzchen, Tee und Kakao und geben Dir die Gelegenheit, mit uns gemeinsam die erste Weihnachtsstimmung zu genießen!

Wir freuen uns auf Dich! 😊

