

YOGA- Frühstück

mit Kristina Schöller



Samstag, 17. Oktober 2026

09.00 Uhr – 12.00 Uhr

Treffpunkt: Turnsaal Mühlgraben

Wir starten den Tag mit einer sanften Yoga-Einheit.

Für jeden geeignet!

Mobilisieren den gesamten Körper und
lernen einige Atemtechniken kennen.

Danach gibt es ein ausgiebiges Buffet bei Anni's Wirtshaus.
Wir freuen uns auf gemeinsames Yogieren und Schlemmen.

Yoga-Einheit 09.00 – 10.00 Uhr

Frühstück 10.00 – 12.00 Uhr (bei Anni's Wirtshaus Mühlgraben)

Bitte eigene Matte mitbringen!

Anmeldung bis spätestens 15.10.2026 unter 0664/8960803

Kosten: €20,-

(inkludiert Yoga-Einheit, Frühstück + 1 Heißgetränk)

Nur Frühstück ab 10.00 Uhr Kosten: €12,-

Unbedingt Voranmeldung

Wir freuen uns auf euch!

GRin Sabrina Halb

Gemeindereferentin für Frauen und Gesundheit

**Naturparkgemeinde
Mühlgraben**

