



Yoga im Mineralbad

mit Bettina Meier und Armin Nögel

Die 90 minütige Yogaeinheit beinhaltet sanfte Yogaabfolgen mit dem Fokus auf den Einklang zwischen Körper und Geist. Die verschiedenen Atemübungen bzw. Atemlenkungen sind dabei hilfreich in den eigenen Fluss und mehr und mehr vom Denken zum Spüren zu kommen. Sie laden ein, deinen Körper zum Klangkörper werden zu lassen, was abschließend mit der Handpan ein rundes Körper-, Bewegungs- und Entspannungsprogramm für dich sein kann. Lass dich von den Klängen berühren...



Samstag, 11.07.2026

Um 10:00 Uhr

Steigerwald Mineralbad in Münchsteinach

Dauer ca. 2 Stunden

Wertschätzung: 18 €

Im Preis ist der Eintritt für das Mineralbad ab 12:00 Uhr enthalten

Bitte mitbringen: Yogamatte, Badesachen

Information und Anmeldung:

✉ armin@klangwelt-steigerwald.de

☎ 0171 3344620

