

**Herzlich Willkommen im  
 Yoga Vidya Center Wesel**

Yoga Anfänger – und  
 Aufbaukurse

Rücken-Yoga  
 & Yoga Ü 55

Meditationskurs

Krankenkassen  
 Förderung

Angebot für  
 Frühaufsteher

Geschenkgutscheine



Yoga bedeutet Harmonie und Einheit

Immer mehr Menschen entdecken für sich  
 die wohltuenden Wirkungen von Yoga  
 auf Körper, Geist und Seele.

Gönne Dir eine Auszeit und nimm Dir  
 einfach mal Zeit nur für Dich

10:30 - 11:00 Uhr	Vortrag Yoga für den Rücken
11:00 - 12:00 Uhr	Schnupperstunde Rücken yoga
13:00 - 13:45 Uhr	Vortrag: Yoga kennen- und erfahren lernen (Tradition, Philosophie, Praxis)
14:15 - 14:45 Uhr	Einführung in die Meditation
15:30 - 16:30 Uhr	Hatha Yoga-Schnupperstunde für Anfänger und Interessierte
18:00 - 19:00 Uhr	Meditation & Mantrasingen

Alle Angebote an diesem Tag sind Kostenfrei.

Um Anmeldung für die Yogastunden wird gebeten

**Auf alle Kurse und Zehnerkarten, die Du an diesem Tag buchst und bezahlst, erhältst Du 10 € Rabatt**

**Yoga Vidya Center Wesel**

In der Dorfschule Ginderich • Schulplatz 1 • 46487 Wesel

Tel.: 02803/9329257 • e-Mail:wesel@yoga-vidya.de • Homepage [www.yoga-vidya.de/Center/wesel](http://www.yoga-vidya.de/Center/wesel)