



## Yoga Frühjahrs-Special

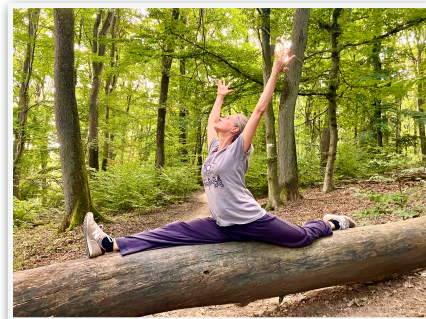
Mit neuer Energie 🧘 und Leichtigkeit 🦋 ins Frühjahr 🌷



Erlebe eine inspirierende Auszeit, die Deinen Körper aktiviert, Deinen Geist klärt und Deine Seele beflügelt!

Dynamische Elemente aus dem Kundalini Yoga zur Belebung vereinen sich mit beruhigendem Yin Yoga - speziell ausgerichtet auf das Holzelement.

So kannst Du die frische Energie des Frühlings spüren, während Du Deiner Lebensfreude, Kreativität und Schaffenskraft neuen Schwung gibst. Wachheit, Wachstum und einen Funken Pioniergeist - ganz dem Frühjahr entsprechend - dürfen sich einstellen.



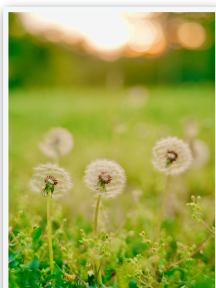
### Dich erwarten:

- 🌿 dynamische Kundalini-Yoga-Übungen zur Aktivierung von Prana, Klarheit und Fokus
- 🌿 beruhigendes Yin Yoga für ausgedehnte Entspannung, erdende Flexibilität und innere Balance
- 🌿 geführte Atemtechniken und kurzen Meditationseinheiten für frische Inspiration
- 🌿 energetische Übungen, um Kraft, Lebensfreude und kreative Schaffenskraft freizusetzen
- 🌿 Energie Snack, Power Drink & Frühlingsduft

Dieses Yoga Special ist für alle Level geeignet – egal, ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Eine wohltuende Auszeit, die Dich mit neuer Motivation und Klarheit ins Jahr starten lassen kann.

### Details:

- 🌿 Datum: Samstag, 31. Januar 2026
- 🌿 Uhrzeit: 14.30 - 18.00 Uhr
- 🌿 Ort: Praxis am Urselbach, Neutorallee 8, 61440 Oberursel
- 🌿 Energieausgleich: 42,00 Euro



🌻 Schenke Dir self-care,  
Inspiration & neue Energie für  
das Frühjahr 🌻

