

Lass dich von der
Magie des Gartens
verzaubern!



Balancewelten
by Vera

Mindful Morning & Brunch

Tauche ein & spüre den **Anfang des Sommers**

Wann: **Sonntag, 23. Juni 2024**
9:00 bis ca. 12:00 Uhr

Wo: Pfarrzentrum Pregarten St. Anna, 4230 Pregarten, Kirchenplatz 3

Zeitplan:

9:00 bis 10:00 Uhr

Achtsamkeitstraining

Ablauf:

1. Pranayama
2. sanfter YogaFlow
3. geführte Meditation
4. Raum für Stille zum Nachspüren
5. inkl. allgemeinen Achtsamkeitsinputs



10:00 bis ca. 11:30 Uhr

vegetarischer & veganer Brunch

von Laib & Seele



Laib & Seele

Kosten: € 48,-

Anmeldung unter: vera@balancewelten.at