

Sag Ya zu Yoga!



Warum Yoga?

- Entspannt Körper und Geist.
- Gibt Kraft und Balance für den Alltag.
- Lässt dich lächeln – ganz ohne Nebenwirkungen und Risiken

Wo? **Ahrenshagen-Daskow, Dorfgemeinschaftshaus**

Wann? **Montag, den 6. Oktober 2025, 18:00 Uhr**

Kursleitung: Sabine Seva Schäfer, yogazentrum@gmx.net



Bild: <https://pixabay.com/pl/photos/medytowa%C4%87-kobieta-joga-zen-1851165/>