

Reminder: Gesundheitsreihe für Ärzt*innen – Yoga

Unsere Gesundheitsreihe setzt sich fort – diesmal mit einem besonderen Fokus auf Yoga. Freuen Sie sich auf eine wohltuende Einheit, begleitet von qualifizierten Trainer*innen, die mit Feingefühl und Fachwissen durch die Übungen führen.

Im Zentrum stehen achtsame Bewegungen, bewusste Atmung und eine gesunde Körperhaltung. Ob Sie erste Erfahrungen sammeln oder Ihre Praxis vertiefen möchten – die Yoga-Stunde bietet Impulse, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen.

Nach der Sommerpause wird es weitere Angebote rund um Gesundheit und Bewegung geben.

Bitte achten Sie auf kurzfristige Terminänderungen bei Schlechtwetter!

Wann: 18.00 Uhr

Wo: Donaupark beim Papstkreuz. Information zum genauen Treffpunkt sowie zur Anreise bekommen Sie nach der Anmeldung. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 begrenzt.

Dauer: ca. 90 Minuten

Für Yoga steht folgender Termin zur Auswahl:

- **30.06.2025**

Für die Anmeldung bitte auf das entsprechende Datum klicken.