

# Projekt-Tage

## 1.7.-4.7.2024

<b>Thema:</b>	<b>YOGA</b>
<b>Lehrkraft:</b>	<b>S. Czwalinna und J. Müller-Witt</b>
<b>Teilnehmer:</b> (Anzahl, Jahrgangsstufe, ...)	<b>5. – 10. Klasse</b>
<p>Hast du Lust mit uns YOGA zu machen?</p> <p>Yoga ist weit mehr als Meditation und Übungen, die den Körper dehnen und kräftigen.</p> <p>Möchtest du mit uns Frau Czwalinna, Lehrerin an der HBS und Frau Müller-Witt, Yoga-Lehrerin in einer entspannten, ausgeglichenen und ruhigen Atmosphäre mehr über Yoga erfahren und Yoga machen?</p> <p>Wir werden durch bestimmte Bewegungen oder Positionen und durch achtsames Atmen die Verbindung von Körper, Geist und Seele spüren.</p> <p>Wir freuen uns auf dich!</p>	
<b>Sonstiges:</b> (Kosten, Bedingungen, Zeitrahmen...)	20,- Euro (Yoga) Hose, T-Shirt, Yoga-Matte (wer eine hat) 9-13 Uhr