KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

# Yoga und Singen zum Frühlingsanfang - Yoga-Mantra-Tag



**Gönne dir diesen Tag und erlebe dich bei Yoga, beim Singen und Tanzen spiritueller Lieder aus aller Welt.**

**Sa 21.03.2026, 9.30 - 16.30 Uhr**

Tanke Frühlingsenergie. Steigere deine Lebensfreude. Mit Yoga. Mit heilsamen Liedern. Mit Mantras.
Yoga mit Renate unter dem Motto "Klarer Geist - weites Herz" ist ein Werkzeug für ein selbstbestimmtes, glückliches und erfolgreiches Leben. Körper-, Atem- und Entspannungsübungen nähren die Lebenskraft und Lebensfreude. Heilsame Lieder und Mantras, die unter dem Motto "Die Schöpfung erwacht - du mit ihr" stehen, verbinden Herz und Verstand zu einem Gebet und wirken wie Balsam für die Seele. Durch das häufige Wiederholen kurzer, inhaltstarker Worte oder Sätze dringt die Botschaft in die tiefen Schichten des Bewusstseins.

**Ort**
94491 Hengersberg, Evangel. Gemeindezentrum, Friedenstraße 21

**Referentinnen**
Stephanie Schlosser, Renate Veitl-Müller

**Kosten**
40 Euro
Für das gemeinsame Mittagessen bitte etwas mitbringen, für Kaffee, Tee und Kuchen wird gesorgt.

**Hinweis**
bitte mitbringen: Freude an der Bewegung, Matte oder Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

**Anmeldung**
Tel. 09901 6228, keb.deggendorf@bistum-passau.de

**mehr Infos & Anmeldung**

VÖ: 2025-11-14 07:17:11