

Bewusst **Atmen**  
und die Körperenergie  
wieder in Fluss bringen.

Sich **Bewegen**  
und die gesamte Körper-  
haltung verbessern.

**Entspannen,**  
Stress abbauen und  
selbstbewusst leben.

*Yoga und Coaching unterstützt dich,  
deinen beruflichen und privaten Alltag  
mit Humor und Leichtigkeit zu gestalten.*



**Yoga**   
in der Ortenau  
atmen ~ bewegen ~ entspannen

## Aktuelle Yoga - Info - Termine für Beginner und (Wieder-)Einsteiger

**Mo. 15.01.18, 18.00 Uhr,** Marktplatz 108 in **Kappelrodeck**

**Mo. 15.01.18, 19.30 Uhr,** Raum Herzensfrieden **Önsbach**

**Di. 16.01.18, 19.30 Uhr,** Valeofit Physiotherapie **Achern**

**Di. 16.01.18, 20.30 Uhr,** für Männer, Raum HF **Önsbach**

**Mi. 17.01.18, 17.30 Uhr,** DRK Kreisverband **Offenburg**

**Mi. 17.01.18, 18.00 Uhr,** Soz.päd. Fachschule **Gengenbach**

**Do. 18.01.18, 19.30 Uhr,** „Bauchgefühl“ Kehl-**Goldscheuer**

**Do. 18.01.18, 19:45 Uhr,** Schönstattzentrum **Oberkirch**

**Do. 18.01.18, 20.00 Uhr,** Paul-Gerhardt-Werk **Offenburg**

**Mo. 22.01.18, 20.30 Uhr,** Pfarrheim Appenw.-**Nesselried**

**Do. 25.01.18, 20.15 Uhr,** Gemeindehaus **Kappelwindeck**

**Fr. 26.01.18, 19.30 Uhr,** in der VitalWirkstatt in **Bühl**

### Anmeldung und weitere Infos:

**Joachim Bär**

Yoga & Coaching

Telefon: 07841 - 270 694

[Office@Ortenau-Yoga.de](mailto:Office@Ortenau-Yoga.de)

In Kooperation mit:

**NETZWERK**   
**BEWUSST LEBEN e. V.**

