

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.*

### Anmeldung und weitere Infos:

**Joachim Bär**

Yoga & Coaching

Telefon: 07841 - 270 694

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

In Kooperation mit:

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



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

## Aktuelle Yoga - Info - Termine

für Beginner und (Wieder-)Einsteiger

**Kloster Neusatzeck, 77815 Bühl-Neusatz**  
**Fr. 12.01.2018, 15:00 - 21:00 Uhr**  
**Fr. 09.02.2018, 15:00 - 21:00 Uhr**  
(mit jeweils einer Stunde Abendessen-Pause),

**Raum Herzensfrieden, 77855 Achern-Önsbach**  
**Mo. 08.01.2018, 19:00 Uhr**

**Zusätzlich kann jeweils die erste Stunde einer  
Yoga-Grundstufe als Yoga-Einführungs-Termin  
kostenfrei und unverbindlich genutzt werden.**

Um möglichst frühzeitige Anmeldung wird gebeten.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen  
eine Decke und eine Matte mit.  
Vielen Dank!

