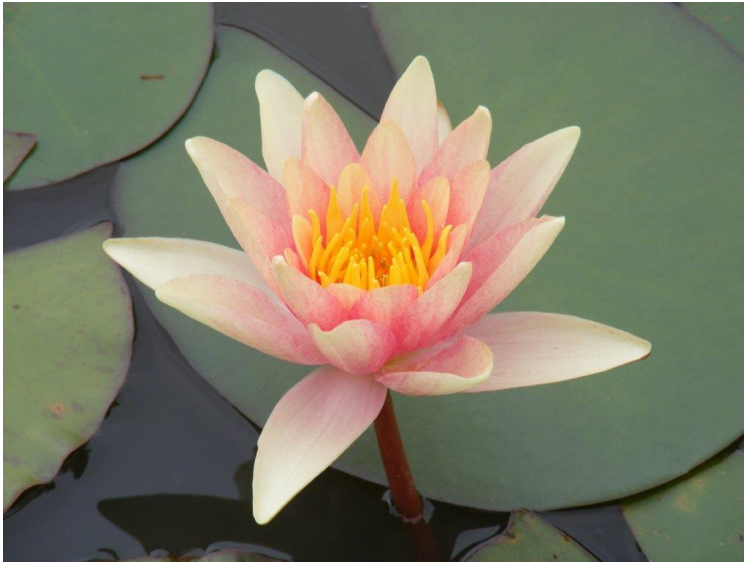




Robert-Bosch-Straße 5 · 63303 Dreieich  
Telefon 06103 / 312 84 91 · [info@nina-berck.de](mailto:info@nina-berck.de)  
[www.nina-berck.de](http://www.nina-berck.de)



## YOGA TAG

- in Dreieich

**Samstag 16. Juli 2022**

**- Chakren & Elemente -**

Yoga · Qi Gong

Atem · Meditation

Stille · Bewegung

Ein ganzer Tag für sich selbst – mit Yoga, Qi Gong, Atem- und Meditations-Übungen.

Zeit zu entschleunigen, Energie und Kraft zu tanken, sich beim Yoga, Qi Gong und beim Spaziergang zu bewegen, Entspannung zu finden und die Wahrnehmung für sich und das einfache Sein zu vertiefen.

**Samstag 16. Juli – Seminarzeit 10.30- ca. 16.30 Uhr - Seminargebühr: 60€**

- 10.30 Uhr Yoga-Einheit I
- 12.00 Uhr gemeinsame Mittagsjause
- 13.00 Uhr Yoga-Einheit II
- 14.30 Uhr Yoga-Spaziergang III

Das Seminar findet in meinem Yoga Raum in Dreieich statt, 6 - 10 Teilnehmer\*innen. Der Platz ist fest reserviert mit einer formlosen schriftlichen Anmeldung per E-Mail und der Überweisung einer Anzahlung in Höhe von 30€.

Ich freue mich auf den gemeinsamen Tag mit Euch  
- Herzliche Grüße Nina