

station s

stille
mittendrin



Mit Leichtigkeit und Schwung durch den Frühling – Auszeit mit Impulsen und Yoga

Den Frühlingsgefühlen nachspüren, Leichtigkeit und Schwung einziehen lassen, Körper und Geist aufwecken, Energie und Kraft tanken!

Mit energetisierenden Yogaübungen, spirituellen Impulsen, und kreativen Reflexionsübungen ganz im Hier und Jetzt sein, uns in Achtsamkeit üben und uns dem zuwenden, was uns aufblühen lässt!

Abgerundet wird der Nachmittag mit einer energiereichen Snackpause und einer Meditation zur Schlussentspannung. Der Kurs ist für bewegungsfreudige Anfänger:innen und Fortgeschrittene geeignet.

In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk.

Sonntag, 13. April 2025 | 14.00 – 18.00 Uhr

Anna Riedl, Hatha Yoga-Lehrerin

Alessa Koch

Kirstin Kruger-Weiß

Kosten: € 25 | Anmeldung bitte bis 7. April 2025.

Raum der Stille



Stille mittendrin

Jeden Mittwoch,
19.00 – 20.00 Uhr
außer in den Ferien

station s

Das Spirituelle Zentrum der Kath. Kirche
Seidenstraße 39 | 70174 Stuttgart

www.station-s.de | station-s.stuttgart@drs.de