

station s

stille
mittendrin



Bewegt in die Sommerferien starten mit Yoga und spirituellen Impulsen

Zu Beginn der Schulferien mir zwei Stunden Zeit nehmen.

Meinem Körper und meiner Seele Gutes tun und mich stärken lassen: Mit dem Sonnengruß die Energie der Sonne aufgreifen und in fließenden Bewegungen ausdrücken. Die Leichtigkeit der freien Zeit entdecken, die Freude an Licht, Wärme und Sommergefühl erleben und mit Impulsen nachspüren und vertiefen.

Bewusst in die Sommerferienzeit starten mit Hatha-Yoga, spirituellen Impulsen, Meditation und Entspannung. Im Anschluss den Abend ausklingen lassen im Garten bei einem alkoholfreien Glas Prosecco – anstoßen auf den Sommer und das Leben.

Für bewegungsfreudige Anfänger:innen und Geübte gleichermaßen geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Wasser für
zwischen durch.

Sonntag, 2. August 2026 | 17.30 – 19.30 Uhr

Anna Riedl, Yoga-Lehrerin

Kirstin Kruger-Weiß, Leitung station s

Kosten: € 19

Anmeldung bitte bis 27. Juli 2026.

Raum der Stille

Garten St. Fidelis

station s

Das Spirituelle Zentrum der Kath. Kirche

Seidenstraße 39 | 70174 Stuttgart

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