

## **Herzlich willkommen zu unseren Tages-Events am 15.03.2025 und 29.03.25!**

Erlebe einen Tag voller Entspannung, Regeneration und neuer Impulse für deine Gesundheit. Mit Yoga, achtsamer Bewegung und inspirierenden Gesprächen stärkst du deine Resilienz und gewinnst neue Perspektiven für deinen Alltag.

### **Programm:**

- **08:30 Uhr** – Begrüßung und Treffen im Yoga.Raum
- **09:00 Uhr** – Erste Yogaeinheit (2,5 Stunden)
- **12:00 Uhr** – Gemeinsames Mittagessen (*nicht im Teilnahmebeitrag enthalten*)
- **13:30 Uhr** – Spaziergang mit dem Angebot „Walk & Talk“  
(*Ein inspirierendes Gespräch über persönliche und berufliche Fragestellungen, Herausforderungen sowie Chancen zur Weiterentwicklung.*)
- **16:00 Uhr** – Zweite Yogaeinheit (2,5 Stunden)
- **18:15 Uhr** – Ausklang

### **Teilnahme:**

Das Event kostet 50 Euro pro Person. Bitte beachte, dass die Teilnehmerzahl auf 12 Personen begrenzt ist – sichere dir also schnell deinen Platz! Anmeldungen sind ganz einfach per E-Mail [feelyogabyellikrenz@confovere.de](mailto:feelyogabyellikrenz@confovere.de) oder WhatsApp **01722430892** möglich.

### **Veranstaltungsort:**

Yoga.Raum, Süringstrasse 30, 48653 Coesfeld

Wir freuen uns darauf, diesen besonderen Tag mit dir zu erleben!

Namasté

elli & Thomas

Bitte beachte: Sollten sich Datum oder Ablauf ändern, informieren wir dich selbstverständlich rechtzeitig.