

*Herzliche EINLADUNG zur*  
*SOMMER – YOGA – NATUR WOCHE*  
*vom 7. - 11.7.25*



*"Slow-Flow Sommer Yoga " mit Katarin  
"Yoga und Meditation " mit Steffen*

*Wir möchten euch einladen , an Orten in der Umgebung von Zittau, verschiedene Yogastile in der Natur zu erleben und auszuprobieren. Eine wunderbare Gelegenheit, um ganz bei dir selbst in Verbundenheit mit der Natur anzukommen, vom Alltag abzuschalten und neue Kraft zu sammeln.*

*An folgenden Tagen Yoga mit Katarin und Steffen an den jeweils unten beschriebenen Orten und Zeiten statt:*

- 7. 7. Yoga mit Katarin 18 Uhr Ort: Zittau /Weinau- Parkplatz Freiluftkino*
- 8.7. Yoga mit Steffen 17.50 Uhr Ort: Parkplatz am Stern -Jonsdorf*
- 9.7. Yoga und Katarin 18.00 Uhr Ort: Olbersdorf / Gartenweg 12*
- 10.7. Yoga mit Steffen 18 Uhr Ort: Parkplatz Weinaugaststätte - Zittau*
- 11.7. Yoga für Frauen - Hormonyoga mit Katarin  
18.00 Uhr – Olbersdorfer See / Parkplatz an der Mauer- Olbersdorf*
- 11.7. Yoga für Männer mit Steffen 17.45 Uhr – zum Ort 20 min Gehweg  
Treff: Jonsdorf, Hainstr. 20 (gegenüber vom PSV Zittau e.V.)*

*Diese Kurse sind ein offenen Angebot und können einzeln besucht werden.*

*> bei Regenwetter : im InnenRaum / Oberseifersdorf, Am Büschel 8 statt.*

*Preisrichtlinie: 13 €/ Kurs bzw. 55 € / für alle 5 Kurse*

*Anmeldung: vor Kursbeginn bei der jeweiligen Kursleitung bekannt geben.*

*Katarin: E-Mail: katarin\_shintai@gmx.de ~ Mobil: 0176 97793591*

*Steffen: E-Mail: steffen\_fritsche@gmx.de ~ Mobil: 0173 5246603*

