

## **Yoga und Achtsamkeit**

**Fr 15.11.2024, 18.00 Uhr - So 17.11.2024, 13.00 Uhr**

**Ort:**

Niederaltlach, Landvolkshochschule Niederaltlach

Wir Menschen sind fühlende und (selbst) reflektierende Wesen. Die Existenz und das Zusammenspiel dieser Eigenschaften sind ein großes Geschenk. Deshalb sind das Etablieren von Inhalten und das achtsame Gewahrsein die beiden Kernkompetenzen, die wir vermittels einer regelmäßigen Yoga-Praxis zu entwickeln suchen.

**Mitveranstalter:**

Landvolkshochschule

**Referentin:**

Yogalehrerin BDY/EYU Hannelore Anetsberger

**Kosten:**

259 Euro

**Veröffentlichungsdatum:** 27.11.2023

**Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Passau e. V.**

Große Messergasse 1  
94032 Passau

Telefon (08 51) 3 93 74 12

Telefax (08 51) 3 93 74 19

E-Mail: [keb@bistum-passau.de](mailto:keb@bistum-passau.de)

[www.keb-bistum-passau.de](http://www.keb-bistum-passau.de)