

# Welt-Yogatag in Boppard

Donnerstag, 21.06.2018

Auf der Wiese am Rhein  
neben dem Musikpavillon



## Programm:

16:00 Uhr: Begrüßung

16:15 Uhr: Mantra-Singen

16:45 bis 17:45 Uhr: Sanftes Flow-Yoga

16:45 bis 17:45 Uhr: Rücken yoga

18:00 bis 19:00 Uhr: kraftvolles Vinyasa-Power-Yoga

18:00 bis 19:00 Uhr: Yoga für Anfänger und Neugierige

19:15 bis 19:30 Uhr: Abschlussmeditation

„Captain Veggie“ sorgt mit indischem Bio-Essen für das leibliche Wohl.

Die Teilnahme ist kostenlos, Spenden für einen guten Zweck werden gerne genommen. Wer mitmachen möchte, sollte eine Unterlage (Yoga-, Sportmatte o.ä.) und evtl. ein Kissen mitbringen.

Die Veranstaltung findet auch bei schlechtem Wetter statt -  
im kleinen Saal der Stadthalle am Marktplatz!

**Volkshochschule Boppard e.v.**

Die **vhs**  
Volkshochschulen 