

Pressemitteilung, 18.05.2026

Yoga im Garten

Energiegeladen in den Tag

Die „Gesunde Gemeinde“ Waidhofen lädt ab 10. Juni zu einer besonderen Yoga-Reihe in den Hochzeitsgarten ein. Sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene sind willkommen. „Eine Yoga-Einheit am Morgen hilft, Körper und Geist bewusst auf den Tag einzustimmen und mit mehr Ruhe, Klarheit und Energie zu starten“, freut sich das Team der Gesunden Gemeinde auf viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Die sechs Einheiten werden von der Yoga-Trainerin Alexandra Brenn geleitet. Es ist keine Anmeldung notwendig; der Einstieg ist jederzeit möglich. Bitte eine Matte mitbringen.

Kosten pro Einheit: 5 €

Termine:

Mi, 10. & Do, 11. Juni

Mi, 17. & Do, 18. Juni

Mi, 24. & Do, 25. Juni

Hochzeitsgarten | Hotel Das Schloss an der Eisenstraße

6.00 bis 6.45 Uhr (nur bei Schönwetter)

Foto: Yoga-Trainerin Alexandra Brenn