



Hotel Post Krimml

108

SONNENGRÜSSE | 6. SEPTEMBER |

Wir nutzen die warmen Spätsommersonnenstrahlen, um beim gemeinsamen Fließen durch 108 Sonnengrüße den Geist zu beruhigen, Energie freizusetzen und den Körper tief zu reinigen. Egal ob Anfänger oder Yogi, Du bestimmst Dein eigenes Tempo und kannst jederzeit eine Pause einlegen.

eine kraftvolle Meditation in Bewegung

Der Ablauf:

- ✨ Ankommen: Sanftes Aufwärmen & Intention setzen
- 🔥 Der Flow: 108 Sonnengrüße im gemeinsamen Atem-Rhythmus
- 🌌 Integration: Tiefenentspannung (Savasana) & heilsame Klänge zum Nachspüren
- 🥤 Ausklang: Gemütliches Beisammensein bei Tee/Smoothie

Ich freu mich auf Euch! Lena

Fragen und Anmeldung
hello@natureorganise.de

Wann?

**Am 6. September
von 10-13 Uhr**
(Auch **Online-Teilnahme**
für 20,- € möglich)



Energieausgleich:

(inkl. Tee o. frischem Smoothie)

☀️ Early-Bird (bis 18.08.):
33,- €

👥 Bring-a-Friend
(ab 19.08.): 70,- € für zwei

✨ Regulärer Einzelpreis:
40,- €