

# Quality Time - Zeit mitanand

am 10.10.22 um 19 Uhr  
TrauDe Raum  
Hauptstr. 33, Hochdorf



Lebensqualität  
Hochdorf e.V.

Zu Gast ist Susi Gnann. Gemeinsam machen wir Übungen aus dem Kundalini Yoga und erwecken die Energie in unserem Körper.

Kundalini ist ein Rundum-Yoga, in dem Gesundheit, psychische und geistige Kraft und spirituelles Erwachen auf einmalige Weise zusammenkommen.

Bitte Yogamatte und Sitzhocker oder Sitzkissen mitbringen.

Info und Anmeldung  
Traude Koch

07355 7383

Lebensqualitaet-hochdorf@t-online.de

Oder direkt über die Homepage

[www.lebensqualitaet-hochdorf.de](http://www.lebensqualitaet-hochdorf.de)

