

HIER LERNEN SIE YOGA



YOGA FORUM NÜRNBERG  
SUSANN RITTNER

# YOGA-WELTTAG

IM YOGAFORUM NÜRNBERG

---

# SO. 21.06.2015

Der Yoga-Welttag findet aufgrund einer Würdigung von Yoga statt, die von den Vereinten Nationen beschlossen wurde, um auf die Vorteile des Praktizierens von Yoga aufmerksam zu machen.

Die Veranstaltung lädt alle Menschen ein, die Yoga kennenlernen und Ausprobieren möchten und alle, die mehr über Yoga, Samkhya und Ayurveda erfahren möchten.

# PROGRAMM

AM 21.06.2015

---

- 10:00 Uhr Yoga zum Kennenlernen + Ausprobieren
- 11:00 Uhr Vortrag von Christine Kmoch-Tölle zum Thema  
Was ist das Besondere an Yoga?
- 12:00 Uhr Yoga zum Kennenlernen + Ausprobieren
- 13:00 Uhr Vortrag von Christine Kmoch-Tölle zum Thema  
Yoga + die Gelenke
- 14:00 Uhr Yoga zum Kennenlernen + Ausprobieren
- 15:00 Uhr Vortrag von Susann Rittner zum Thema Samkyha
- 16:00 Uhr Yoga zum Kennenlernen + Ausprobieren
- 17:00 Uhr Vortrag von Susann Rittner zum Thema Ayurveda
- 18:00 Uhr Yoga zum Kennenlernen + Ausprobieren

## GANZTAGS

**Foto-Ausstellung mit den wichtigsten Asanas (Yogaübungen) und Erklärungen zur Besichtigung.**

Der Tag ist unter anderem zum Erfahrungsaustausch gedacht. Getränke, Kaffee, Kuchen und indische Köstlichkeiten stehen bereit.

**Unkostenbeitrag 5 Euro inkl. einem Yogabuch "Frauen Yoga" von Reinhard Bögle, international anerkannter Yogalehrer und Leiter der Yogalehrer-Ausbildung am Yogaforum München.**

Wir freuen uns, diesen Tag zu einem besonderen Yoga-Tag werden zu lassen.

Yogaforum Nürnberg