

Einladung zu

# Balance-Yoga

Balance-Yoga zur Harmonisierung des Nerven-, Drüsen- und Hormonsystems. Sanfte Übungen, Entspannung und Meditation.

Manchmal ist es an der Zeit,  
sich Zeit für sich zu nehmen.

Wir üben in bequemer Kleidung.  
Bitte eine Decke und Wasser oder  
Tee mitbringen. Vorkenntnisse  
sind nicht erforderlich.

Sie sind herzlich willkommen  
an jedem **Donnerstag**  
ab **18:00 Uhr**

im Bergedorf-Bille-Treffpunkt  
Steinschanze 2, HafenCity

Informationen bei Susanne Lührs-Voß  
Anmeldungen unter 0160 – 99 73 27 96 oder  
[info@vivayoga.de](mailto:info@vivayoga.de)



## Informationen

und weitere Angebote zu den Treffpunkten  
der Bergedorf-Bille-Stiftung finden Sie unter  
[www.bergedorf-bille-stiftung.de](http://www.bergedorf-bille-stiftung.de)