



**sunspirit**  
yogaschule . salzkammergut

## YOGA für junge Erwachsene in schwierigen Zeiten



Jungen Erwachsenen von heute wird viel abverlangt. Work-Life-Balance, neu: Life-Domain-Balance bedeutet „alles unter einen Hut kriegen“ und aus den vielen Möglichkeiten zu wählen. Dazu ist es wichtig, sich erst einmal selbst zu kennen, wahrzunehmen wer man wirklich ist und einen sicheren Ort in sich zu finden, von dem aus man in dieser Welt agieren kann. Ein Kurs, um dich deinem Innersten zuzuwenden, dir liebevoll zu begegnen, um dein Potential zur Entfaltung zu bringen.

**Termin:** 26. Sep. bis 24. Okt. 2024  
donnerstags von 19.15 – 20.15 Uhr  
5 Einheiten gesamt EUR 90,00

**Referentin:** Monika Struber  
Yogalehrerin BYO/EYU  
dipl. Lebens- und Sozialberaterin

**Ort:** Kulturgut Oberhofen



Anmeldung und Informationen: [monika@sunspirit.at](mailto:monika@sunspirit.at) oder [www.sunspirit.at](http://www.sunspirit.at)