



Sunset Yoga – Flow in den Abend

12.06.2026 – 18.09.2026 | freitags

18.30 – 19.30 Uhr

Der Tag geht langsam in den Abend über – die perfekte Zeit, um in eine besondere Atmosphäre einzutauchen. Lass dich vom warmen Licht des Sonnenuntergangs begleiten und genieße eine fließende Yoga-Session.

Was dich erwartet?

Ein dynamischer, fließender Yoga-Flow, der Bewegung und Atem harmonisch verbindet. Du mobilisierst und aktivierst deinen Körper, während du gleichzeitig in eine sanfte, leichte Energie eintauchst. Perfekt, um den Tag bewusst ausklingen zu lassen.

Lass dich von Anna durch die Praxis führen und erlebe eine klare, achtsame Anleitung, die dich durch Bewegung in den Abend begleitet – präsent, fließend und mit Leichtigkeit.

Termine:

Fr 12.06. | Fr 19.06. | Fr 26.06. | Fr 10.07. | Fr 17.07. | Fr 28.08. | Fr 04.09. | Fr 11.09. | Fr 18.09.

Wo: Im Kräutererbe Bacherhof – eine Oase der Ruhe | Gebreidweg 10 a in Nals

Uhrzeit: 18.30 – 19.30 Uhr

Die Matten sind vor Ort – du musst nur noch kommen und loslassen.

Anmeldung innerhalb 14.00 Uhr des Vortages:

Infobüro Nals · Rathausplatz 1/A · I – 39010 Nals
Tel. +39 0471 678 619 · info@nals.info · www.nals.info