

Weihnachtliches Karma-Hatha-Yoga

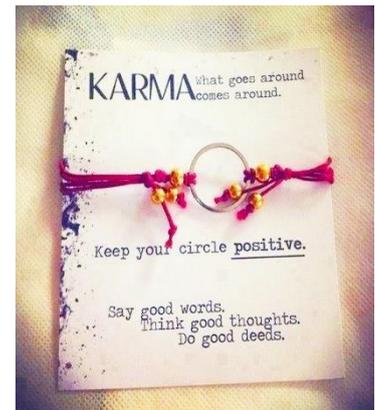
****für den guten Zweck****

mit Jenny & Lena

Hast Du Lust in der Adventszeit die vielen Aufgaben des Berufs- und Studienalltags einmal hinter Dir zu lassen? Zur Ruhe zu kommen, Energie zu tanken, den Körper zu kräftigen, zu dehnen und zu entspannen? Möchtest Du Dich im vorweihnachtlichen Shoppingtrubel einfach achtsam auf das konzentrieren, was wirklich zählt und das auch noch für einen guten Zweck?

Dann mach mit beim weihnachtlichen Karma-Hatha-Yoga über Zoom (ID: 95589897511, Kenncode: 6An6U.)

<https://uni-augsburg.zoom.us/j/95589897511?pwd=cHJuWUtNdUIHQXBm-ZWxyR0dNVzRIZz09>



Wann?

Dienstag, 14. Dezember 2021 von 9-10 Uhr mit Lena, hybrid, 14 TN in der Gymnastikhalle, der Rest online → Anmeldung für die Gymnastikhalle unter:

<https://cryptpad.fr/pad/#/2/pad/edit/WM+JwFJDPpF6lX2LgcfZwbBy/>

Donnerstag, 16. Dezember 2021 von 7:30-8:30 Uhr mit Jenny, nur online

Wie funktioniert online?

Matte ausrollen, Decke bereitlegen, Zoom-Link aufrufen, mitmachen, spenden

Vorab oder im Anschluss an die (Hatha-)Yogastunde kannst Du Deine (Karma-)Spende über **Paypal** hier abgeben: <https://www.paypal.me/jenniferbreithecker>

Der Erlös geht an den **Verein zur Förderung der Sportwissenschaft in Augsburg** (30%) und an das **Grandhotel Cosmopolis** (70%).

Wir freuen uns auf Dein Kommen!