



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Einladung

Yin Yoga und Klang

Im Yin Yoga geht es darum, sich zu entspannen und zur Ruhe zu kommen. Es hilft, Körper und Geist zu regenerieren. Besondere Instrumente, unterstützen die Entspannung und helfen, sich tief zu erholen. In Yin Yoga hält man die Positionen länger. So wird der Körper besser gedehnt. Das Bindegewebe wird aktiviert und die Beweglichkeit verbessert sich. Spannungen im Körper können gelöst werden. Gönnen Sie sich eine besondere Auszeit!

Die Teilnahme ist kostenfrei!

Termine immer dienstags

14. Januar | 25. März | 13. Mai | 01. Juli | 09. September | 11. November 2025

Uhrzeit

Jeweils 19.00-21.00 Uhr

Veranstaltungsort

Bürgerhaus Ehrang

Niederstraße 143/144 (Untergeschoss)

Hintereingang (über Straße Schiffen Äcken), die Außentreppe nach unten benutzen

54293 Trier-Ehrang

Anmeldung

Melden Sie sich gerne bei Melanie Bergweiler, Gemeinwesenarbeit Trier-Ehrang unter 0651 9923 164 oder melanie.bergweiler@palais-ev.de. Begrenzte Anzahl an Plätzen.

Alle Angebote finden Sie auch unter:

<https://www.agfrlp.de/trier>



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Foto: © stockfour / istockphoto.com

Trier-
Ehrang
2025