



# Yoga im Sitzen

**06.03.2026, 13:30 – 14:00**

Einfach vorbeikommen

Sanfte Yogaübungen im Sitzen fördern Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Atmung, leichte Dehnungen und Achtsamkeit bringen Körper und Geist in Balance.

**Ort:** Favoritenstraße 18

**Adresse:** Favoritenstraße 18, 1040 Wien

**Tel:** 01 31399 274101

**Veranstalter:** Klub Favoritenstraße 18

**Wir freuen uns auf Sie!**