

CHARITY TAG FÜR DEN

Kinderschutzbund Untertaunus & Rheingau-Taunus

PRÄSENTIERT VON **Inner Smile... Yoga!**

EINTRITT FREI - SPENDEN ERWÜNSCHT!

Wir danken unseren Sponsoren:



www.edv-service-hartkens.de



www.eden-parc.de



www.ergotherapie-bunjes.de



www.esundpe.de



www.rheingau-taunus.de

CHARITY TAG FÜR DEN

Kinderschutzbund Untertaunus & Rheingau-Taunus

PRÄSENTIERT VON **Inner Smile... Yoga!**

EINTRITT FREI - SPENDEN ERWÜNSCHT!

Sonntag
18.04.10
10.00 - 20.00 Uhr

Wo?
Ganzheitliches
Gesundheitszentrum
Am Kurpark 6
Bad Schwalbach

Tina Sunita Huber



Caroline Wiedemann



Christine Willems



Susanne Bursch



Gerd Griesam



Astrid Massmig



Frank Fabricius



Abschlußkonzert:

BIBER HERRMANN
IN CONCERT
BLUES&BALLADS

18:00 Uhr
So. 18.04.2010



Veranstalter:

Inner Smile...Yoga - Tina Sunita Huber
Am Kurpark 6 - 65307 Bad Schwalbach
0 61 24 / 72 57 00 - www.innersmile.de

BIBER HERRMANN
IN CONCERT
BLUES&BALLADS

18:00 Uhr



Schirmherrin: Monika Merkert, Dezernentin Jugend, Soziales & Gesundheit

10.00 Uhr

Tina Sunita Huber

„Yoga ist Mitgefühl“ meditative Yogastunde

Intensives Erleben der Asanas, Neues in und an sich entdecken, den Geist öffnen.

11.00 Uhr

Christine Willems

„Klang und Entspannung“ - Klangschalen und Gong

Durch den Klang tiefe Entspannung erfahren, Körper und Seele harmonisieren – schweben!

12.00 Uhr

Gerd Griesam

„Meditation zur Mittagsstunde“

Zur Ruhe kommen, in sich blicken, dem Geist eine Pause gönnen- Fühlen und annehmen.

13.00 Uhr

Frank Fabricius

"Eutonie : entspannt & bewusst mit unserem Körper umgehen"

IN unserem Körper sein, den Körper wahrnehmen. Zentrierung in Körper und Geist finden.

Ganztätig

Caroline Wiedemann

„Einfach Sein“

Ganzheitliche Massagen erleben!

14.00 Uhr

Susanne Bursch

„Pilates“

Die Körpermitte finden- Kraft spüren. Balance fühlen – den Körper stärken. Ruhe, Gelassenheit und bewußtes Atmen.

15.00 Uhr

Astrid Massmig

„Die Küche der Hildegard von Bingen“

Impulse für abwechslungsreiches Würzen im Alltag.

16.00 Uhr

Tina Sunita Huber

„Asanas & Yoga Nidra“ Yoga und Tiefenentspannung

Harmonisierende Asanas, ausgleichende Atemübungen und tiefste Entspannung.

18.00 Uhr

Special Guest

BIBER HERRMANN IN CONCERT

ab 20.00 Uhr

Abendimbiss – ayurvedische Suppe und Ausklang des Tages