



# YOGARAUM OBERPFALZ



## Yoga der Inneren Verbindung

Zum Feiertag der Liebenden treffen wir uns wieder, um mit dem/Ir PartnerIn, FreundIn/ Vertrauten gemeinsam in Achtsamkeit einige verbindende Stunden zu erleben.

Wir stimmen uns aufeinander ein und erfahren mit dem Üben der Verbindung zueinander das Selbst und den Partner auf eine achtsame, liebevolle Weise. Dies werden wir in gemeinsam geübten Asanas (Körperhaltungen) aus dem Hatha-Yoga, Pranayama (bewusster Atemführung), Blickkontakt, achtsamen Berührungen sowie in der Entspannung finden. Hingabe und Vertrauen zu sich selbst und zum Partner werden dadurch gepflegt und gefördert.

Wann? Sonntag, den 14.02.2026 von 18:30 – 20:30 Uhr, Kosten pro Paar 35,-€

Wo? Yogaraum Oberpfalz, Uhlandstr.6 , Neumarkt

Anmeldung im Familienzentrum Neumarkt

[info@familienzentrum-neumarkt.de](mailto:info@familienzentrum-neumarkt.de)

es freuen sich auf Euch, Petra und Wilhelm

Das Herz wird voll Liebe sein, wenn es keine Barriere zwischen dir und dem anderen gibt.

Jiddu Krishnamurti