



# Yoga meets Waldbaden

2 Termine, ab Samstag, 20. Sep 2025, 09:30 - 12:30 Uhr

Lass den Alltag hinter dir und tauche mit uns in die wohltuende Ruhe des Waldes ein.

Freue dich auf eine kraftspendende Yoga-Praxis, naturverbundene Achtsamkeitsübungen und Meditation in der heilsamen Waldluft.

Spüre, wie dein Körper, Geist und Immunsystem auf natürliche Weise gestärkt und regeneriert werden.

Mitzubringen: Festes Schuhwerk, dem Wetter angepasste bequeme Kleidung, Yogamatte, ev. Decke, Getränk

Termine:

- Samstag, 20.09.2025, 09:30 Uhr  
(Schlechtwetter-Ersatztermin: Sonntag, 21.09.2025, 09:30 Uhr)
- Zielgruppe: Erwachsene aller Altersklassen
- Es ist keine Vorerfahrung im Yoga erforderlich.

Nähere Infos werden nach Anmeldung unter

[maria.kienzl@waldbaden-graz.at](mailto:maria.kienzl@waldbaden-graz.at) oder 0680/3028148 bekannt gegeben.

Maria Kienzl

Waldbaden-Trainerin

+43 680 3028148

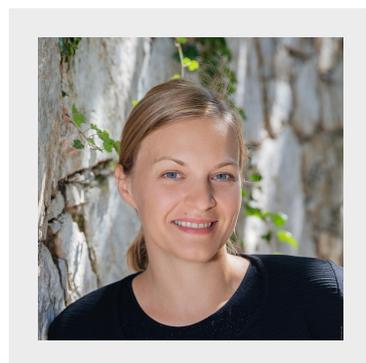
Daniela Silly

Yoga-Trainerin

+43 650 5456589



Maria Kienzl



Daniela Silly

## Anmeldung:

Maria Kienzl

[maria.kienzl@waldbaden-graz.at](mailto:maria.kienzl@waldbaden-graz.at)

0680 / 3028148

[www.eisenbergerhof.at](http://www.eisenbergerhof.at)

## Preis:

€ 55,- Pro Person



Begegnung & Gesundheit  
Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen

