

Yoga mit Thomas

gemeinsam entspannen und bewegen

*offen
für alle!*



- gemeinsam entspannen
- die eigene Atmung spüren
- achtsames Bewegen
- Raum für Begegnung und Austausch
- angeleitet
- **Start:** 03. Mai 2025
- **Uhrzeit:** 16 – 17:30 Uhr
- **Treffpunkt:** Hinrichsenstr. 35, 04105 Leipzig
- ehrenamtlich organisiert und kostenfrei
- **Anmeldung via Mail:** info@buendnis-depression-leipzig.de

leipziger
bündnis
gegen
DEPRESSION e.V.

Aufklärung | Beratung | Selbsthilfe