



# 28. JUNI 2022 SHS-YOGA-KURS

## Entspannen & Hörstress reduzieren

Es ist soweit: Wir bieten unseren ersten SHS-Yoga-Kurs an. Am 28. Juni 2022 findet ein Schnupperkurs statt.

Stefanie Leib (Hörgeschädigtenpädagogin & Yoga-Lehrerin) wird uns durch eine 90-minütige Yoga-Einheit begleiten. Dabei werden Atem-, Entspannungs- und leichte Körperübungen, sowie eine kurze Meditation praktiziert.

Alle wichtigen Informationen zum Kurs findet Ihr in der rechten Spalte. Die Personenzahl ist begrenzt.

**Wir freuen uns auf den ersten gemeinsamen Yoga-Kurs!**

Isabellé Klemm & Julia Herold

## SHS-YOGA-KURS

28. Juni 2022

9:30-11 Uhr

---

### ORT:

Jakobskirche Nürnberg  
Jakobsplatz 1  
90402 Nürnberg  
großer Saal  
2. Stock

---

### ANMELDUNG:

[julia.herold@shs-elkb.de](mailto:julia.herold@shs-elkb.de)

---

### KOSTENBEITRAG:

10 EURO

---

### MATERIAL:

- ☼ Yoga- oder Isomatte
- ☼ Bequeme Sportkleidung
- ☼ Etwas zum trinken

Schwerhörigenseelsorge  
der Evang.-Luth. Kirche in Bayern



Lorenzer Platz 8  
90402 Nürnberg  
[www.shs-elkb.de](http://www.shs-elkb.de)