

## Yogatag in Spittal – Mach mit!

Yoga-Lehrer bringen Tag des Friedens in die Stadt.

SPITTAL. Der **21. Juni** wurde von den Vereinten Nationen (UNO) zum offiziellen „Welttag“ – zum „International Day of Yoga“ – erklärt, in der Erkenntnis, dass die Vorteile der Ausübung von Yoga förderlich für die Gesundheit der Weltbevölkerung sind. Auch in Spittal findet heuer am Mittwoch ein Yogatag statt. Unter der Initiative von Anita Rapatz und Doro Aichholzer und der Unterstützung der Stadtgemeinde Spittal haben sich insgesamt 13 Yoga-Lehrerinnen und -Trainerinnen zusammengeschlossen, um diesen Tag des Friedens in die Stadt zu bringen. Diese werden von **9 bis 21 Uhr** sowohl im Stadtpark als auch im Stadtsaal Yoga-Sequenzen abhalten, wozu alle Menschen herzlich eingeladen sind.

### Programm:

**9 Uhr:** Klangvolle Begrüßung mit Gongbegleitung im Stadt-



**Kontaktpersonen:** Anita Rapatz: 0664/73 72 50 63 oder a.rapatz@gmx.net sowie Doro Aichholzer: 0699/10 11 32 93.

Foto KK/honorarfrei

park, **10 bis 20 Uhr:** Angebot der anwesenden Yoga-Lehrerinnen (Sequenzen zu je 45 Minuten), **20 Uhr:** Meditativer Ausklang beim Mantra-Singen mit Monika O'Shea im Stadtsaal. Diese gemeinsamen Yoga-Übungen sollen einen Beitrag zu einem gesünderen, sinnerfüllten und friedlichen Lebensstil leisten. Bei Schlechtwetter findet die gesamte Veranstaltung im Stadt-

saal statt. Voranmeldungen sind erbeten.

**Teilnehmende Yoga-Lehrerinnen:** Doro Aichholzer, Anita Rapatz, Anja Krois, Silvia Rath, Barbara Lax, Brigitte Zwenig, Eva Wilhelm, Corinna Daberer, Christine Strobl, Sandra Aschbacher, Romana Hauptmann, Monika O'Shea und Stephanie Pinteritsch.