



# Yoga im Park

Wellness und Gesundheit

Erholung

Aktiv

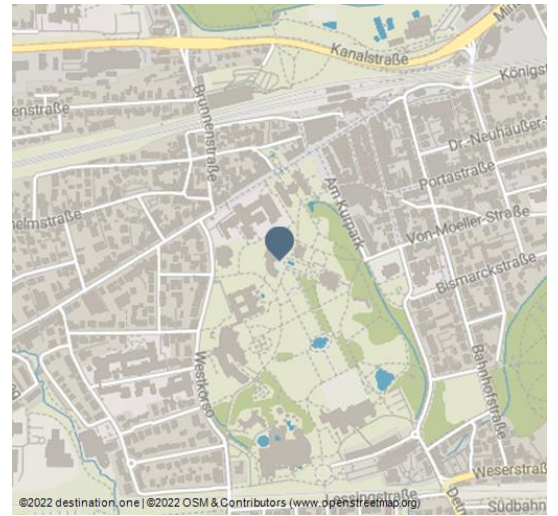
Natur

Frühling

Sommer



Heidi Lödige - © Peter Hübbe



## Yoga im Park

"Ich liebe das, was ich tue. Ich lehre nur das, was ich selbst lebe"

[Heidi Lödige]

**Energie tanken, Kraft gewinnen und den eigenen Körper wahrnehmen – Yoga ist der Weg zu einem verantwortungsvollen Umgang mit uns selbst. Die gesundheitsfördernde Wirkung der Yoga-Übungen wird durch die wunderschöne Kulisse des Kurparks noch unterstützt. Mit gezielten Atemübungen an der frischen Luft förderst Du deine sanfte Entspannung und findest in dein Wohlbefinden zurück. Yoga im Park ist ein offener Treff für Anfänger bis Fortgeschrittene, begleitet von unserer Yoga-Expertin Heidi Lödige.**

Seit viele Jahren ist die zertifizierte Yoga-, Gesundheits- und Personaltrainerin Heidi in Bad Oeynhausen mit ihrer Praxis Solarplexus ansässig. Auf Basis ihrer fundierten Ausbildung betreut sie jeden Gast nach seinem individuellen Bedürfnis und gestaltet jede Yoga-Stunde persönlich, professionell und authentisch.

**Mitbringen zum Kurs: Yoga-Matte, bequeme, sportliche Kleidung**

**Dauer: 1 St.**

## Adresse:

Im Kurpark  
32545 Bad Oeynhausen

☎ 05731 1300

🏠 <https://www.staatsbad-oeynhausen.de/shop#/erlebnisse/DE1/1ae8e2d0-abf9-40dd-a65a-a274ec350100>

✉ [tourist-information@badoeynhausen.de](mailto:tourist-information@badoeynhausen.de)



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/WLKyf>

Quelle: destination.one

ID: k\_11504

Zuletzt geändert am 28.03.2024, 10:06

**Buchungsanbieter:**



Staatsbad Bad Oeynhausen GmbH

<https://s.et4.de/VLKyf>

**Preis:**

ab 14 EUR pro Person/Angebot

**Termine:**

Samstag, 28.09.2024, 10:00 - 11:00 Uhr