



In Kooperation mit dem  
Lernwerk Haus Volkersberg



## „Glücklich steht Dir gut“

Wellness für Körper, Geist und Seele

### Herzliche Einladung

Wir wissen was gut für uns ist und was wir brauchen. Und trotzdem beachten wir es im Alltag nicht oft genug. Gönnen Sie sich deshalb doch mal einen Portion Glück und einen Tag an dem nur zählt, was gut ist für Ihren Körper, Geist und Seele. Mit sanftem Yoga und Bewegungsübungen sind wir aktiv, probieren Entspannungstechniken aus und nutzen die Natur. Wir tauschen uns aus und schauen darauf, warum Körper und Geist eine Einheit zum Wohlbefinden bilden. Wir öffnen unser Herz und weiten den Blick, damit wir unsere eigene Kräfte neu aktivieren und gestärkt in den Alltag zurück kehren.

Kommen Sie in bequemer Kleidung, so dass Sie sich wohlfühlen und Ihnen warm genug ist (eine paar dicke Socken vielleicht). Fürs Draußen sein eignen sich ein Paar bequeme feste Schuhe. z.B. Turnschuhe, und eine Jacke. Ihre eigene Gymnastik-/Yogamatte dürfen Sie gerne mitbringen, ist aber nicht notwendig.

#### Termin:

Samstag, 25. Juni 2022

10.00 - 17.00 Uhr

Anschließend besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Abendessen in der Klosterschänke Volkersberg auf eigene Kosten.

#### Ort:

Haus Volkersberg

Volkersberg 1

97769 Bad Brückenau

#### Referentin:

Annekatriin Vogler

Bildungsreferentin/Erlebnispädagogin

#### Kosten:

Mitglieder: 25 €, Nichtmitglieder: 32 €  
(incl. Stehkafee, Mittagessen und Kuchen)

#### Anmeldung schriftl. bis 24. Mai 2022:

KDFB Diözesanverband Würzburg e.V.

0931 386-65 341

[frauenbund@bistum-wuerzburg.de](mailto:frauenbund@bistum-wuerzburg.de)

Die Anmeldemodalitäten finden Sie in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen auf unserer Homepage: [www.frauenbund-wuerzburg.de](http://www.frauenbund-wuerzburg.de)



Katholische  
Erwachsenenbildung  
Bayern

