



Jahresende

Feiertage, freie Tage, Familientage.

Geschenke, kleine, große, für die Kleinen, für die Großen.

Kochen, essen, einkaufen, abwaschen, braten, der Braten oder doch vegan?

Schnee, kein Schnee, Schnee von gestern.

Weihnachtsbaum. Echt, im Topf, Plastik.

Baum? Wald? Aaaahhhh. ;-)

Für die anstehenden Feiertage, egal, wie du sie begehst:

Viel Freude und viel Luft zum Atmen draußen und drinnen!

- Noch ein Last Minute-Geschenk?
- 3 Stunden Yoga am 8.2.2026 in Frankfurt.
- Kostenfreie Yoga Online Stunde am 4.1.2026!

... und nun endlich lehne ich mich auch zurück & wünsche Euch allen ein versöhnliches Jahresende und einen fröhlichen Start ins neue Jahr!

Danke für alle Yoga-Stunden und Dein Interesse an MYOGA in 2025!

MYOGA-Gutschein

Motiv und Wert wählen



Gutschein für ...

Für Frauen und Männer.

Für deine Lieben zuhause.

Für deine Freundin weit weg ... mach Online gleich mit!

Wie wäre es mit eurem eigenen Retreat? Mit eurer eigenen Yogastunde?

Die Gutscheine werden nicht schlecht, machen noch nicht einmal dick. Doch Achtung, süchtig macht Yoga schon ;-)

Gutscheine

3 Stunden Yoga-Auszeit

am 8.2.2026



Yoga von Yang bis Yin

Vielleicht übst du Yoga via YouTube, Zoom oder gelegentlich im Urlaub. Nimm dir richtig viel Zeit in einem Yogastudio gemeinsam mit uns für dein Yoga mit wertvollen Hinweisen und Assists.

Yogaerlebnisse, die dich glücklich, lebendig und gesund erhalten. Für Frauen und Männer jeden Alters. Innerhalb von drei Stunden werden wir gemeinsam alles von Yang bis Yin erleben.

8. Februar 3 h Yoga

Kostenfrei Online Yoga

am 4.1.2026 - gerne weitersagen!



Kostenfreie Yoga Online Stunde für alle!

Lasst uns gemeinsam auf der Yogamatte ins neue Jahr fließen.
Fröhlich und wohlwollend.
Heute kostenfreie Yoga online Stunde für alle!

Bis bald!
Katja

Eure Anregungen, Wünsche zu Inhalt und Terminierung von Yoga Online schickt gerne via Mail. mail@myoga.de

Kostenfreie Online Yogastunde



Spruch in der Silvesternacht

Man soll das Jahr nicht mit Programmen
beladen wie ein krankes Pferd.
Wenn man es allzu sehr beschwert,
bricht es zu guter Letzt zusammen.

Je üppiger die Pläne blühen,
um so verwickelter wird die Tat.
Man nimmt sich vor, sich zu bemühen,
und schließlich hat man den Salat!

....

Erich Kästner