



# Alpaka Yoga

Beim Yoga mit Alpakas praktiziert der Mensch seine Yogaübungen in der Gesellschaft der Tiere. Wir kombinieren die entspannende Wirkung von Yoga mit der beruhigenden Präsenz und dem niedlichen Charme der Tiere.

Die Praxis des Yogas findet dann im Freien statt. Meist auf einer Wiese wo die Tiere gehalten werden. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, ihre Yogamatte irgendwo hinzulegen und ihre Praxis zu machen, während die Alpakas frei um sie herumlaufen.

Die Anwesenheit der Alpakas kann eine beruhigende und stressabbauende Wirkung haben. Sie sind sanfte Tiere, die für ihre ruhige Natur und ihr freundliches Verhalten bekannt sind. Viele Menschen finden es angenehm, in ihrer Nähe zu sein und die positive Energie der Alpakas während der Yogaübungen zu spüren.

Darüber hinaus kann man die Natur geniessen, sich entspannen und sich über die Gesellschaft der Tiere freuen. Bist du dabei? Ich freue mich auf dich!

- Wann:** Juni bis August jeden **Sonntag** von **9:30 bis 10:30** Uhr  
Nur bei schönem und trockenem Wetter
- Wo:** Lischenhof, Lischen 75a, 3635 Uebeschi
- Mitnehmen:** Bequeme Kleidung, Yogamatte
- Teilnehmer:** ab 6 Personen, anmelden bis jeweils Freitag Abend
- Kosten:** Fr.20.-
- Anmelden unter:** Yoga-Brigit - 078 645 73 30

