



10.12.2021

In der Ruhe liegt die Kraft

Namaste! Der Yoga-Workshop mit Ester Ortz vom Yogastudio Yogata lässt am Samstag, 18. Dezember 2021, 15 Uhr, den Stress des Alltags vergessen. Nach einer inspirierenden Kurzführung durch die Ständige Sammlung des Clemens Sels Museums Neuss, Am Obertor, folgt eine 60-minütige Yoga-Einheit. Dabei steht die Besinnung auf die Entspannung und das Loslassen alltäglicher Stressfaktoren im Vordergrund. Geistige und körperliche Entspannung werden durch einen beruhigenden Blick in die Natur vervollständigt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, empfohlen wird neben Freizeit- oder Sportkleidung auch das Mitbringen eines Getränkes. Der Workshop dauert 90 Minuten und kostet zehn Euro pro Person zuzüglich Eintritts. Eine Anmeldung auf der Website des Museums www.clemens-sels-museum-neuss.de/kalender oder telefonisch unter 02131/904141 ist erforderlich. Hier sind auch die aktuellen Besuchsregelungen sowie weitere Informationen rund um einen Museumsbesuch erhältlich.

(Stand: 10.12.2021/Spa)

Die Textversion finden Sie: [hier](#).