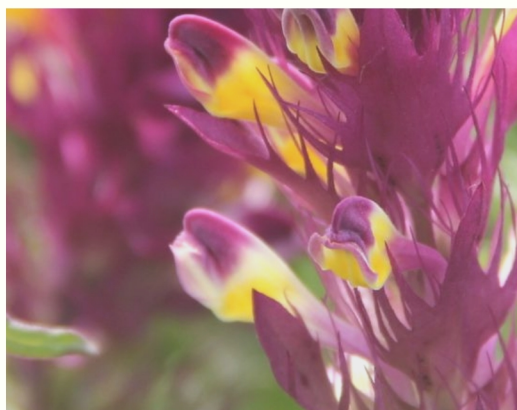




Der Naturschutzbund NÖ lädt ein zu **YOGA & NATURSCHUTZ**

Biotoppflege und Yogapraxis auf dem Galgenberg,
einem Naturdenkmal im zentralen Weinviertel



SO, 15.09.2019

- **10:00** Treffpunkt Galgenberg
(Gmde Wullersdorf)
- **Vorstellung** des Lebensraumes und
seiner Pflanzen, Erläuterung der
Pflegemaßnahmen
- **Yoga** (10-15 min): Mobilisierungsübungen,
kurze Achtsamkeitsmeditation
- **Biotoppflege**
- **12:30 Mittagspause** mit ayurvedischem
Eintopf
- **Biotoppflege**
- **Yoga** (ca. 1h & 15 min): Pranayama,
Asanas und Entspannung
- **16:00** ca. voraussichtliches Ende

Schütze mit deinem Einsatz die
einzigartige Pflanzenwelt des
Trockenrasens. Genieße die
ausgleichende Wirkung der Körper-
und Atemübungen des Yoga unter
professioneller Anleitung.



Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

 **LE 14-20**
Entwicklung für den Ländlichen Raum



Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete.



LEADER
Weinviertel
MANHARTSBERG



**Blühendes
Österreich**

=> Begrenzte Teilnehmerzahl,
Anmeldung erforderlich

=> Mitzubringen:
Kleidung für Arbeitseinsatz und Yoga,
Yogamatte, evtl. Handschuhe

KONTAKT

EMAIL: noe@naturschutzbund.at

TELEFON: 01/402 9394 (Mo-Fr 9:00 - 13:00 Uhr)

WEB: www.noe-naturschutzbund.at

FACEBOOK: [@naturschutzbundnoe](https://www.facebook.com/naturschutzbundnoe)

Leitung: Margit Gross (Naturschutzbund NÖ)
Irene Glatzle (Naturschutzbund NÖ)
Janine Nutz (Yoga & Mediation)

ANREISE mit der Bahn:

Abfahrt Wien Praterstern Bhf um 09:02 Uhr

Ankunft Hetzmannsdorf-Wullersdorf Bhf um 09:50 Uhr

=> Shuttle vom Bhf Hetzmannsdorf-Wullersdorf möglich
(Bitte bei Anmeldung angeben)

ANREISE mit dem Auto:

Von der L35 bei Oberstinkenbrunn (Gem. Wullersdorf) in
Richtung Norden über die Feldwege hinauf zum Galgenberg
(Wegbeschreibung bei Anmeldung erhältlich)