

## Aktivitäten am Tag der offenen Tür

**10:30 Uhr & 13:30 Uhr**

Info & Vortrag  
Über den Verein  
„Anukis Akademie“  
mit  
**Sonja Hochleitner Specht**

**14:00 Uhr**

Kopfstand Challenge  
mit  
**Kristian Hochleitner Specht**  
(Zertifizierter Yogalehrer)  
Zu gewinnen gibt es eine  
Jahresmitgliedschaft vom  
Verein  
„Anukis Akademie“

**15:00 Uhr - 15:30 Uhr**

**Singkreis**  
Finde Frieden & Harmonie in Dir  
**Gemeinsames Mantrasingen**  
mit  
**Irmgard & David**

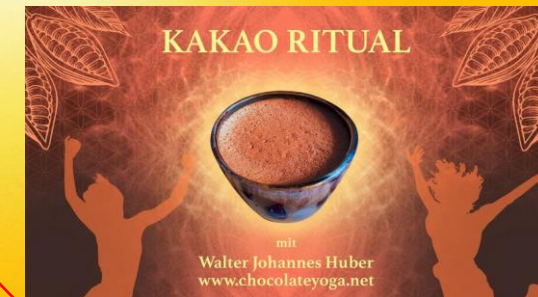
**11:30 Uhr**

Tanz Meditation -  
Elektrische Mantra  
mit  
**Sonja Hochleitner Specht**

**Kinderprogramm  
im Garten**

**Seifenblasen, Schminken  
usw.....**

**15:30 Uhr - 17:00 Uhr**  
**Kakaozeronomie  
zum Kennenlernen**



**12:30 Uhr**

Einführung in die Welt der  
Meditation  
„Körperwahrnehmung“  
mit  
**Sonja Hochleitner Specht**

**14:30 Uhr - 15:00 Uhr**

**Lachyoga**  
...verbindet die positive Wirkung  
des Lachens und des Yogas  
mit  
**Irmgard & David**