

# Alpaka-Yoga im Herzen des Hattinger Hügellands:

Eine Reise zur inneren Ruhe und Verbundenheit



**Ennepe-Ruhr  
entdecken**



## Entdecke die heilende Kraft der Natur und die Gelassenheit der Alpakas bei unserem unvergesslichen Yoga-Erlebnis in einer idyllischen Landschaft.

### Ablaufplan:\*

#### Ankunft und Begrüßung

- Ankunft der Teilnehmer am vereinbarten Treffpunkt im Hattinger Hügelland.
- Herzliche Begrüßung durch die Yogalehrerin

#### Kennenlernen der Tiere

- Einführung in die Welt der liebenswerten Alpakas und deren Verhalten.
- Zeit zum Kennenlernen der einzelnen Alpaka und Füttern der süßen Andentieren
- Möglichkeit, Fotos mit den charmanten Tieren zu machen und Erinnerungen festzuhalten.

#### Alpaka-Yoga

- Gemeinsame Vorbereitung auf die Yoga-Stunde inmitten der Natur des Hattinger Hügellands.
- Sanftes Aufwärmen und Einstimmen auf die Yoga-Praxis.
- Geführte Yoga-Stunde mit Blick auf die malerische Landschaft und in Begleitung der Alpakas.
- Integration von Atemübungen, Asanas (Yoga-Posen) und Meditation für innere Ruhe und Ausgeglichenheit.
- Erleben Sie die Verbindung zur Natur und den Tieren während des Yoga-Erlebnisses.

#### Verabschiedung

- Zeit für letzte Interaktionen mit den Alpakas und Abschied nehmen von den Tieren.



### Informationen & Anmeldung:

**Start:** Hattinger Hügelland

**Dauer:** 2 Stunden

**Preis:** 65€ pro Person

**Termin:** 16.06.2024; 14-16 Uhr

**Mindestteilnehmerzahl:** 5

**Equipment:** Bitte eigene Yoga-Matte und Trinkflasche mitbringen

### Ansprechpartner:

**Sophie Jütte**

T: +49 176 3469 3447

juette@en-agentur.de

**Anna Schuth**

T:+49 1573 1035577

schuth@en-agentur.de

**Wirtschaftsförderungsagentur Ennepe-Ruhr GmbH (EN-Agentur)**

Eickener Str. 41, 45525 Hattingen

T: + 49 2324 / 5648-0

F: + 49 2324 / 5648-48

tourismus@en-agentur.de

www.ennepe-ruhr-entdecken.de

\*Änderungen vorbehalten!