Entspann dich mal: AOK-Yogaschule startet am 6. September in Magdeburg

2. August 2021 / Magdeburg– **Mit einem neuen Angebot möchte die AOK Sachsen-Anhalt Menschen dabei helfen, nach den kräftezehrenden Pandemiezeiten wieder ihre innere Mitte zu finden. Bei der AOK-Yogaschule können Interessierte unter professioneller Anleitung entspannen und Yoga lernen. Am 6. September geht es los in Magdeburg.**

Home Office, Homeschooling, Kinderbetreuung – die Corona-Pandemie hat von uns einiges abverlangt. Deshalb hat die AOK die Yogaschule ins Leben gerufen. Über einen Zeitraum von sechs Wochen können alle Interessierten unter professioneller Anleitung entspannen und die besonderen Heilkräfte des Yoga erleben und erlernen. Trainiert wird in der freien Natur und mit entsprechendem Abstand.

Das Angebot ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht notwendig, ebenso sind keine Vorkenntnisse nötig. Einfach Matte mitbringen und los geht’s. In Magdeburg trifft sich die Yoga-Schule erstmals am **Montag,** **6. September, 18 Uhr** an der **Elbwiese an der Hubbrücke**. Die Folgetreffen sind immer wöchentlich zur selben Zeit am selben Ort.

**Teilnahme nur mit Luca-App möglich**

Vor Ort wird auf die Hygienevorschriften geachtet. Zur Einhaltung der Auflagen aus der aktuellen Corona-Eindämmungsverordnung des Landes Sachsen-Anhalt inklusive der Kontaktnachverfolgung nutzt die AOK-Yogaschule die Luca-App. Eine Teilnahme ist ohne Nutzung der App leider nicht möglich!

Weitere Informationen gibt es unter [www.deine-gesundheitswelt.de/yogaschule](http://www.deine-gesundheitswelt.de/yogaschule).