



Landesverband
der Gehörlosen
Sachsen e.V.

Intensivworkshop Yoga pur mit Lemonia Rose

**Yoga-Wochenende 13. - 15. November 2026 in Dresden
(inkl. 4 online-Terminen)**

Was du schon immer über Yoga wissen wolltest: Was ist Yoga eigentlich? Warum tut es deiner Gesundheit so gut? Welche Yoga-Übungen gibt es?

Yoga-Raum:

„Blaues Haus“ - Fidelio-F.-Finke-Str., 01326 Dresden
(Nähe Elb-Brücke „Blaues Wunder“ am Elberadweg)

Ablauf des Workshops:

Freitag (17-20 Uhr):

Kennenlernen, leichte Yoga-Einheit

Samstag (10-16 Uhr):

Yoga & Faszien - Beweglichkeit,
Körperwahrnehmung und Entspannung

Sonntag (10-16 Uhr):

mehr Yoga, Feedbackrunde



Im Anschluss an das Yoga-Wochenende finden **4 online-Yogatermine** statt:
19.11., 25.11., 30.11. und 02.12. (jeweils 18 - 19 Uhr)



Wer ist Lemonia Rose?

Lemonia Rose (gehörlos)
ist als Yogalehrerin und
Gebärdensprachdozentin
in Köln tätig.



Gefördert von:

DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.

Teilnehmerbeitrag für das Yoga-Wochenende (inkl. 4 online-Termine):

Mitglieder 80 € / Nichtmitglieder 95 €

(Mittagessen allein oder in der Gruppe in der Umgebung - Selbstzahler)

Anmeldung Intensivworkshop „Yoga pur mit Lemonia Rose“

Vor- und Nachname:

E-Mail (Fax):

verbindliche Anmeldung bis 27.09.2026 -> anmeldung@deaf-sachsen.de oder Fax 0351/803 07 72

Die Anmeldebestätigung enthält einen Lageplan des Yoga-Raumes und die Nennung des Verwendungszweckes für die **Zahlung per Überweisung!**