

## Pressemitteilung mit der Bitte um Veröffentlichung

Ansprechpartner:

Markus Chmielorz, Dipl.-Päd.

[presse@rosastrippe.de](mailto:presse@rosastrippe.de)

(0234) 6404621

### **Leben, lachen, lernen - Yoga für Jede/Jeden – neues Bildungsangebot in der Rosa Strippe**

Am Sonntag, dem 23.08.2015 findet von 15.00 bis 17.15 Uhr im Haus der Rosa Strippe e.V. in der Kortumstraße 143 in der Bochumer Innenstadt ein Yoga-Workshop statt.

"Jede und jeder kann Yoga machen" ist das Motto des Workshops, und es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Yoga ist mehr als nur ein weiterer Lifestyle-Trend und keine Religion oder Gesetz, sondern eine Philosophie, die die Freiheit bietet, eine eigene Interpretation zu finden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bewegen sich gemeinsam, sammeln Erfahrungen, stellen Fragen, testen Grenzen aus und lernen neue Seiten an sich kennen: Yoga bedeutet leben, lachen und lernen, auch gegen gesellschaftliche Konventionen und sogenannte "Schönheitsideale", die versuchen, Menschen in gängige Schubladen zu pressen

Im Anschluss an den Nachmittagsworkshop findet ab Montag, dem 31.08. von 18.00 bis 19.30 Uhr zum 19.10. ein wöchentlicher Kurs statt. Für den Workshop und den fortlaufenden Kurs ist keine Anmeldung erforderlich. Beide Veranstaltungen sind ein Angebot der Paritätischen Akademie NRW in Kooperation mit der Rosa Strippe e.V. Weitere Informationen und Hinweise, was mitzubringen ist, erhalten Interessierte montags bis donnerstags von 16.00 bis 20.00 Uhr unter (02 34) 194 46 oder [www.rosastrippe.de](http://www.rosastrippe.de)