



NEUE
TERMINE
FÜR 2026!

Wildes Kraut & sanftes Yoga

Ein Tag in der Natur mit Wildpflanzen,
Yoga und Meditation

Wildes Kraut & sanftes Yoga



In unseren Workshops erlebst du die einzigartige Verbindung zwischen Wildpflanzen und Yoga. Du lernst überraschend Neues über Essbares aus der Natur und die Heilkraft der Pflanzen und entspannst dich mit sanftem Yoga und Meditationen.

Wir sammeln gemeinsam für unser wildes Mittagessen und bereiten dieses zu. Es gibt viel Raum für Austausch und Verbindung mit Gleichgesinnten, sodass du am Abend erfüllt und rundum entspannt nach Hause fährst.

Themen & Termine 2026 (jeweils 10 bis 18 Uhr)

FRÜHLING 11. April

Wasser, Wachstum, Sinnlichkeit und Kreativität

SOMMER 20. Juni

Feuer, Transformation, Willenskraft und innere Stärke

HERBST 19. September

Luft, Liebe, Empathie und Herzverbindung

WINTER 7. November

Erde, Verwurzelung, Erdung und Rückzug

Ort: Habondia-Hof in Müncheberg, habondia.de

Kosten: 129 € pro Einzeltermin / 490 € Paketpreis (alle 4 Termine), inkl. veganes Essen, Getränke, gesunde Snacks und Skript

Leitung, Anmeldung & Info:



Daniela Aue-Gehrke
Yogalehrerin BDYoga/EYU und
Wildkräuter-Coach, Ernährungs-
beraterin, www.plantoga.de
info@plantoga.de, 0172-499 00 09



Sigrid Künstner
Yogalehrerin BDYoga/EYU und
Fachberaterin für essbare Wild-
pflanzen, www.yogakultur.de
info@yogakultur.de, 0179-904 84 02

