AKTUELLES AUS DEM STUDIO

YOGARAUM Pasing
Ankommen.
Durchatmen.
Wohlfühlen.

Liebe Yogis, liebe Nachbar:innen und alle, die unseren YOGARAUM schon kennen oder schon bald mit uns gemeinsam üben,
am 1. November 2026 übernehme ich den YOGARAUM Pasing – und freue mich sehr darauf, diesen besonderen Ort gemeinsam mit euch weiter zu gestalten. Von Herzen danke ich Michaela Keller, der bisherigen Inhaberin, für das vertrauensvolle Miteinander während der Übergabe und für die Sorgfalt und das Herzblut, mit denen sie den YOGARAUM Pasing geprägt hat. Besonders schön ist, dass sie uns weiterhin als Lehrerin begleitet. So bleibt ein vertrautes Gesicht erhalten, während wir gemeinsam Raum für Neues schaffen.

Dieser erste Newsletter dreht sich besonders um unsere neuen Angebote

Von den Kleinsten bis zu allen, die schon lange Yoga praktizieren: Ob Mama-Baby-Yoga, Kinderyoga, Yoga für Frauen oder Yoga 65+: Bei uns soll jede und jeder willkommen sein, ganz ohne Vorkenntnisse, Leistungsdruck oder Erwartungen.
In den nächsten Ausgaben stelle ich mich und nach und nach auch alle Lehrerinnen genauer vor, die unser Angebot mit ihrer eigenen Erfahrung, Wärme und Haltung gestalten.

HERZLICH WILLKOMMEN im YOGARAUM Pasing

Nicht jede Person kommt aus demselben Grund zu uns. Manche suchen Bewegung, manche Ruhe. Manche möchten sich nach einer intensiven Lebensphase wieder etwas Gutes tun, andere einen Ort, an dem auch ihre Kinder willkommen sind.

Wir glauben, dass Yoga mehr sein darf als Bewegung: ein Ort, an dem Menschen ankommen, Begegnungen entstehen und niemand etwas leisten muss.

Unser YOGARAUM Pasing ist bewusst klein gehalten – so bleibt Raum für persönliche Begleitung, echte Begegnungen und eine entspannte Atmosphäre.

Das erwartet dich:

- Kleine Gruppen mit persönlicher Begleitung - für jedes Alter und jede Lebensphase
- Zeit zum Ankommen - mit Tee und ohne Hektik
- Erwachsene, Schwangere, Babys, Kinder & Familien willkommen

KURSE & EVENTS IM NOVEMBER & DEZEMBER - FINDE DEINE ZEIT AUF DER MATTE

Vertraute Kurse, neue Impulse und Raum für jede Lebensphase - Ab dem 9. November startet unser Kursprogramm schrittweise:

- Bewegung & Ruhe: Hatha Yoga, Vinyasa Yoga, Somatic Yoga Flow, Restorative Yin Yoga und achtsame Yogastunden – für unterschiedliche Erfahrungslevel
- Zeit für dich: Yoga für Frauen und Yoga für 65+
- Rund um die Familie: Yoga für Schwangere, Mama-Baby-Yoga und unsere Kinderyoga Kurse für Mini (1,5-3) & Little (3-6) Yogis.

Auch besondere Auszeiten warten auf euch:

- Babybauch-Auszeit am 22.11. - Drei Stunden nur für DICH.
- Yoga-Auszeit für Frauen im Advent am 19.12.
- Einstimmung in die Rauhnächte am 20.12.

Entdecke in unserem Stundenplan alle Kurse, Starttermine und Buchungsmöglichkeiten. Vielleicht ist deine nächste Lieblingsstunde schon dabei!

THEMA DES MONATS

Veränderung - Raum für Neues

Der Herbst lädt uns ein, Veränderungen bewusst wahrzunehmen: Manches darf bleiben, anderes darf sich wandeln und Neues entstehen. Auch im YOGARAUM Pasing beginnt gerade ein neues Kapitel – mit vertrauten und neuen Gesichtern, neuen Angeboten und viel Vorfreude auf das, was wir gemeinsam gestalten. Dabei muss nicht alles anders werden: Wir möchten Bewährtes wertschätzen und gleichzeitig Raum für neue Begegnungen schaffen. Vielleicht kennst du das auch aus deinem eigenen Leben – dieses Gefühl zwischen Vertrautem und der Neugier auf etwas Neues. Nicht jeder Neuanfang braucht einen großen Schritt; manchmal beginnt er damit, etwas auszuprobieren oder sich wieder Zeit für sich selbst zu nehmen. Was uns dabei verbindet, bleibt: ein Ort, an dem du ankommen, durchatmen und einfach du sein darfst.

TIPP/ÜBUNG: EIN MOMENT FÜR DEINEN NEUANFANG

Nimm dir einen ruhigen Moment und frage dich: Was möchte ich bewahren – und wofür möchte ich Raum schaffen? Vielleicht ist es eine lieb gewonnene Gewohnheit, die bleiben darf, oder ein kleiner Wunsch, dem du mehr Aufmerksamkeit schenken möchtest. Du musst nicht gleich etwas verändern. Manchmal reicht es, erst einmal hinzuspüren.

HINTER DEN KULISSEN

Wir kommen an

In der kommenden Woche ab dem 02. November nehmen wir uns bewusst Zeit, um im YOGARAUM Pasing anzukommen, alles vorzubereiten und uns auf das neue Kapitel einzustimmen. Ab dem 09. November sind wir dann bereit für unser neues Kursangebot – und vor allem für euch!

BIS BALD IM YOGARAUM PASING

Ich freue mich darauf, dieses neue Kapitel mit euch zu beginnen – mit Zeit zum Ankommen, vertrauten Begegnungen und Platz für Neues.

Schau gerne in unseren Kursplan und sichere dir deinen Platz für deine nächste Auszeit. Und wenn du jemanden kennst, dem unser Angebot guttun könnte, leite diesen Newsletter gerne weiter. Ob allein oder gemeinsam: Du bist herzlich willkommen, genau so, wie du bist.

Bis bald im YOGARAUM Pasing!

Liebe Grüße

Janina &
das Team vom YOGARAUM Pasing

KONTAKT & LINKS

YOGARAUM Pasing
Scapinellistraße 18
81241 München

YOGARAUM Pasing

yogaraum_pasing@
thebalancedspace.de

+49 160 96450239

@yogaraum_pasing

BLEIB MIT UNS VERBUNDEN

Neue Kurse, besondere Workshops und kleine Impulse für deine Auszeit: Mit unserem Newsletter erhältst du einmal im Monat Neuigkeiten aus dem YOGARAUM Pasing – persönlich und mit viel Vorfreude auf gemeinsame Begegnungen.

Melde dich an: Sende uns eine E-Mail mit dem Betreff „Newsletter“ an

yogaraum_pasing@
thebalancedspace.de

Wir freuen uns, mit dir in Verbindung zu bleiben!