

# YOGA x HANDPAN Schnuppertag

Sonntag, 20. Juli 2025 | 9:00 – 13:00 Uhr

---

## Was erwartet dich?

Ein entspannter Vormittag zum **Loslassen, Auftanken und Ausprobieren** – ideal für alle, die neugierig auf **Yoga, Meditation** und das **Handpan-Spiel** sind. Der Workshop ist speziell für **Einsteiger:innen** gedacht – du brauchst keinerlei Vorerfahrung.

## Programmpunkte:

- **Opening Circle** – Ankommen & Begrüßung
  - **Geführte Meditation & Yoga (90 Min)** – sanfte Bewegung & Achtsamkeit mit **Alex**
  - **Handpan Schnupperworkshop (120 Min)** – first touch & erste Klänge mit **Lukas**
  - **Closing Circle** – Reflexion & gemeinsamer Ausklang
- 

## Wer sind wir?

**Alex & Lukas** – zwei Freunde mit Herz für Klang und Körperarbeit.

- **Alex** begleitet dich durch sanftes Yoga & Meditation
- **Lukas** öffnet dir die Tür zur faszinierenden Welt der Handpan  
Unser Ziel: ein Raum zum Spüren, Entdecken und Auftanken.

Du findest uns auch auf Instagram unter **alexpi.chler** und **lukasziegler**

---

## Was du mitbringen solltest:

- Bequeme Kleidung für Yoga
  - Yogamatte (falls vorhanden – sonst bitte vorher melden)
  - **Sitzkissen**
  - Wasserflasche & ggf. Sonnenschutz
  - Offenheit, Neugier & Lust auf Neues
- 

## Kostenbeitrag:

**89 € pro Person**

inklusive 30€ Handpan-Leihgebühr, Snacks, Tee & Workshopmaterialien

 **Ort:**

**Chiemgaukorn-Hof**  
Weiding 2, 83308 Trostberg



Genügend Parkmöglichkeiten vor Ort 😊

---

 **Fragen oder Anmeldung:**

Du kannst dich gern anmelden über:

 **alexanderpichler4691@gmail.com**

 **WhatsApp: 0163 9653944**

---

**Hinweis:** Die Teilnehmerzahl ist begrenzt – melde dich frühzeitig, wenn du dabei sein möchtest!

Wir freuen uns auf di!

Lukas & Alex

**Mehr Info unter:**

[www.yogamitalex.de](http://www.yogamitalex.de)

<https://lukasziegler.com/handpan/>

