



### Kontakt & Anfahrt

#### Parkmöglichkeiten:

Nutzen Sie gerne unser Parkhaus am Rheintor mit direktem Zugang durch den Stadtpark am Wuhrloch zu den Rheingärten.

Fahrradstellplätze sind vorhanden.

#### Fachbereich Bürgerdienste

Team Bildung, Betreuung, Sport und Vereine

Rathausplatz 5  
79395 Neuenburg am Rhein

Telefon: 07631 - 791 - 147  
E-Mail: [lena.sayer@neuenburg.de](mailto:lena.sayer@neuenburg.de)

# R(h)einFlow

Kinder-  
PROGRAMM

verschiedene  
Kurse

Kreativ-  
ANGEBOTE

Sun-  
downer  
mit DJ

# 21.09.2025

## 9.30 Uhr – 18.00 Uhr

### Rheingärten Neuenburg am Rhein

## R(h)einFlow – Einatmen. Ausatmen. Ankommen.

Am Sonntag, den 21. September 2025 findet das erste Yoga & Movement Event „R(h)einFlow“ in den Rheingärten in Neuenburg am Rhein statt.

Von 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr werden auf verschiedenen Themenflächen die Yogamatten ausgerollt. Gute Energie ist garantiert bei mehr als 10 inspirierenden Kursen.

Das abwechslungsreiche Kursangebot aus den Bereichen Yoga, Pilates, Körperarbeit, Meditationen etc. mit verschiedenen Kursleiterinnen und Kursleitern aus Neuenburg am Rhein und der Umgebung, lässt Vorfreude aufkommen.

Aus den verschiedenen Kursen, Kreativangeboten und vielem mehr, kann an diesem Tag das eigene Wohlfühlprogramm zusammengestellt werden bis es dann heißt „Einatmen. Ausatmen. Ankommen“.

Wir lassen das Event am Abend beim Sundowner mit einem DJ ausklingen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Zur Stärkung gibt es verschiedene Speisen und Getränke, welche von regionalen Food Trucks auf dem Gelände angeboten werden.

Das Event richtet sich an alle Yoga- und Pilates-Begeisterte, Tänzer\*innen, Einsteiger und Profis sowie Familien.

Die Kursinhalte entnehmen Sie bitte dem Stundenplan, welcher kurz vor dem Event u.a. auf der Homepage der Stadt Neuenburg am Rhein veröffentlicht wird.

### THEMENBEREICHE:

#### „Yoga Flow“

Yoga Kurse mit verschiedenen Schwerpunkten

#### „Movement“

u.a. Pilates, Taiji und Tanz

#### „Inner work“

u.a. Emotional Release, Breathwork

## KINDERPROGRAMM

Über den Tag verteilt finden 4 kreative Yoga- und Achtsamkeitseinheiten zum Thema „Elemente erleben“ statt. Die Einheiten enthalten Elemente wie spielerische Bewegung, Gruppenübungen, Asanas, Wahrnehmungsübungen, Fantasiereisen, Entspannungs- und Atemübungen und einen „kreativen Teil“. Dauer je Einheit/Kurs 45 min.



### ERDE

**Verbindung & Halt**

mit Legen eines LandArt Mandala



### WASSER

**Beweglichkeit & Flow**

mit Malen im Klangbad



### LUFT

**Leichtigkeit & Atem**

mit Basteln eines eigenen Atembegleiters „Breathing Pearls“



### FEUER

**Kraft & Begeisterung**

mit Basteln eines „Feueramulets“

### TICKETS:

Tagestickets können über das Ticketportal „Reservix“ unter [www.reservix.de](http://www.reservix.de) für 39,70 € erworben werden.



### TICKETS KINDERPROGRAMM:

Die Anmeldung für das Kinderprogramm erfolgt über die Homepage der Stadt Neuenburg am Rhein unter [www.neuenburg.de/onlineanmeldung](http://www.neuenburg.de/onlineanmeldung). Tagestickets können für 6,00 € erworben werden und werden vor Ort in bar bezahlt. Teilnehmerbegrenzung pro Einheit/ Kurs: 15 Kinder

Da es sich um eine Outdoor-Veranstaltung handelt, findet die Veranstaltung nur bei guter Witterung statt. Bitte bringen Sie Ihre eigene Yogamatte zum Event mit.