



# Stadt Dortmund

## MEDIENINFORMATION

Pressestelle der Stadt Dortmund  
Michael Meinders (verantwortlich)  
Südwall 21–23, 44122 Dortmund  
Telefon: +49 (0)231/ 50-2 21 34  
E-Mail: [pressestelle@stadtdo.de](mailto:pressestelle@stadtdo.de)  
Web: [dortmund.de/presse](http://dortmund.de/presse)

**1.6. 2023**

### **985. VHS im Westfalenpark: Waldbaden, Kräuterführung, Yoga und Co.**

Die VHS Dortmund bietet in der Sommerzeit verschiedene Angebote unter freiem Himmel an. Mehrere Veranstaltungen sind in diesem Jahr im Westfalenpark geplant. Interessierte können die Themen Waldbaden, Qi Gong, Yin Yoga, Hanuman Fitness Yoga, Acro Yoga (eine Kombination aus Yoga und Akrobatik) kennenlernen und zum Beispiel bei einem Waldbad bewusst die Sinne schärfen und durch Achtsamkeitsübungen in der ungewohnten Langsamkeit ankommen.

**Veranstaltungsnummer 23-84731** am 7. Juni von 18.30 bis 20.30 Uhr (Treffpunkt Eingang Buschmühle, die Kosten hierfür 14.40 Euro)

**Veranstaltungsnummer 23-55729D** Kräuterführung am 9. Juni 18.30 bis 20.30 Uhr, (Treffpunkt Eingang Florianstraße. Die Kosten hierfür 10 Euro).

Am 17. Juni wird ein Picknick auf Türkisch durchgeführt.

Der Parkeintritt ist bei den Veranstaltungen vor Ort zu entrichten.

Weitere Informationen und Anmeldungen unter [www.vhs-dortmund.de](http://www.vhs-dortmund.de)

Kontakt: Simone Billen