

# Anukis Akademie

## Tag der Offenen Tür

Samstag den 7 Mai 2022

Findet bei jedem Wetter statt!

10:00 bis ca. 23:00 Uhr

Informationen über unseren Verein

„Anukis Akademie“

&

seinen Projekten

„das Vegane Wohnzimmer“ und „Anukis“

ab 10:00 Uhr Tag der offenen Tür  
(mit Programm ohne Anmeldung)

ab 17:00 Uhr Veganes BQ

ab ca. 20:00 Uhr Handpan Wohnzimmerkonzert  
ab 22:00 gemütlicher Ausklang an der Feuerschale

**Info & Anmeldung**

**Sonja 0650 3730046**

**Kristian 0660 7859646**

**Wo: Schlossholzweg 14, 4813 Altmünster**

[www.anukisakademie.com](http://www.anukisakademie.com)

[www.dasveganewohnzimmer.at](http://www.dasveganewohnzimmer.at)

## Veganes BQ

- Vegane Lääkereien vom Tischgrill
- Soßen, Salate & selbstgemachtes Brot
  - Süße Köstlichkeiten
- alkoholfreie Getränke inklusive

**ab 17:00 Uhr Energieausgleich € 28,00**  
nur mit Anmeldung

## Handpan Wohnzimmer Konzert mit Alessio De Simone



**ab 20:00 Uhr Energieausgleich € 15,00**  
nur mit Anmeldung

**Alle angegebenen Preise sind Richtwerte für freiwillige Spenden**

## Aktivitäten am Tag der offenen Tür

**10:30 Uhr & 13:30 Uhr**

Info & Vortrag  
Über den Verein  
„Anukis Akademie“  
mit  
**Sonja Hochleitner Specht**

**14:00 Uhr**

Kopfstand Challenge  
mit  
**Kristian Hochleitner Specht**  
(Zertifizierter Yogalehrer)  
Zu gewinnen gibt es eine  
Jahresmitgliedschaft vom  
Verein  
„Anukis Akademie“

**15:00 Uhr - 15:30 Uhr**

Singkreis  
Finde Frieden & Harmonie in Dir  
**Gemeinsames Mantrasingen**  
mit  
**Irmgard & David**

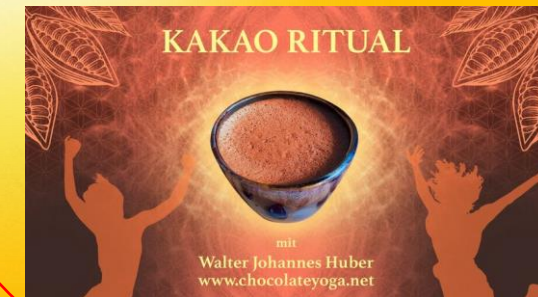
**11:30 Uhr**

Tanz Meditation -  
Elektrische Mantra  
mit  
**Sonja Hochleitner Specht**

Kinderprogramm  
im Garten

**Seifenblasen, Schminken  
usw.....**

**15:30 Uhr - 17:00 Uhr**  
**Kakaozeronomie**  
zum Kennenlernen



**12:30 Uhr**

Einführung in die Welt der  
Meditation  
„Körperwahrnehmung“  
mit  
**Sonja Hochleitner Specht**

**14:30 Uhr - 15:00 Uhr**

**Lachyoga**  
...verbindet die positive Wirkung  
des Lachens und des Yogas  
mit  
**Irmgard & David**