



**yogamond**

der Weg zu einem gesunden,  
harmonischen, bewussten Leben

# Neu

## *Yoga am Nachmittag*

Immer Donnerstag von 13.30 bis 14.40 Uhr  
in der Yoga Scheue, Hofacherweg 4, in Krattigen.  
Ab dem 11. Januar bis 4. April 2024

**Kosten 13 X 260 Franken**

**Yoga ist eine geeignete Methode Verspannungen jeder Art zu lösen und die Energiereserven wieder aufzufüllen. Yoga fördert unser Wohlbefinden, stärkt die Gesundheit und unser Selbstbewusstsein und bringt damit Harmonie, Freude und innerer Reichtum in unser Leben.**

**In diesem Kurs sind keine Voraussetzungen notwendig.  
Es ist für alle und zu jeder Zeit möglich mit Yoga zu beginnen,**

**Ich bin Emfit zertifiziert und Krankenkassen anerkannt.  
Bei Fragen oder zur Anmeldung  
kannst Du mich jederzeit kontaktieren.**

**In beständiger Gelassenheit, *Beweglichkeit* und Leichtigkeit  
Silvie Reichen**

Silvie Reichen  
Dipl. Yogalehrerin SYV  
Dipl. Erwachsenenbilderin SVEB  
Alte Gasse 32  
3704 Krattigen

033 654 90 14  
079 813 86 14  
www.yogamond.ch  
silvie@yogamond.ch



Mitglied des  
Schweizer  
Yogaverbandes

EMfit

Qualitätslabel  
EMfit-Nr 200408