

## Neu: HATHA YOGA am Mittwoch

in der Yogascheune Krattigen

**18.00 – 19.15 Uhr**

**19.30 – 20.45 Uhr**

mit Verena Köppel-Santschi  
Yogalehrerin in Ausbildung SYV



Nach dem Motto «Verbinden mit den Wurzeln»

- **mit Yoga sich erden, sich entspannen, schmiegsam halten, sich kräftigen und sich erleben**
- in Krattigen, wo ich aufgewachsen bin, darf ich meine ersten Yoga-Lektionen ausschreiben 😊

Vorstellung meiner Person 😊 Ich bin..

- . Verena, verheiratet, Mama von 2 Kindern, in Hondrich wohnend
- . seit meiner ersten Yogastunde im Jahr 2000 immer wieder neu & tief berührt vom Yoga
- . im Oktober 2021 mit der 4-jährigen Yoga-Lehrer-Ausbildung SYV in Villeret gestartet
- . interessiert und engagiert – am und für den Menschen in seiner Ganzheit
- . physisch und energetisch nach gesunden Lösungen strebend
- . geerdet, naturverbunden und offen für alle und alles
- . zu erreichen unter **079 301 62 92** oder [momo@gmx.ch](mailto:momo@gmx.ch)
- . mit diesem Flyer auch zu finden unter [www.yogamond.ch/aktuelles](http://www.yogamond.ch/aktuelles)

Kosten: CHF 20.— pro Lektion. Abrechnung kursblockweise. Schnuppern gebührenfrei – bitte anmelden.

Block1 (12x) 11.01.-05.04.2023 / Block2 (10x) 26.04.- 05.07.2023 / Block3 (16x) 16.08.-20.12.2023

Keine Kenntnisse nötig – für Anfänger wie auch für Fortgeschrittene – niveaugerechte Übungsvarianten.

Danke an die Teilnehmer für Euer Vertrauen und fürs Kommen 😊 Einstieg bei freiem Platz jederzeit möglich.