



HATHA YOGA am Mittwoch

in der Yogascheune Krattigen

19.00 – 20.15 Uhr

..weitere Klassen starten bei Nachfrage



mit Verena Köppel-Santschi
Yogalehrerin in Ausbildung SYV

**Mit klassischem Yoga entspannen, sich erden, sich kräftigen und beweglich halten.
Sich ins Gleichgewicht bringen - schafft innere Ruhe, Zufriedenheit und neue Kraft.**

Bist Du

- . auf der Suche nach einer Insel im Alltag?
- . bereit deinem Körper & Seele etwas Gutes zu tun?
- . oder bist schlicht & einfach neugierig?

Dann melde dich gerne bei mir 😊

- . unter **079 301 62 92** oder momo@gmx.ch
- . dieser Flyer ist auch zu finden unter www.yogamond.ch/aktuelles

Kosten: CHF 20.— pro Lektion. Schnuppern kostenlos – bitte anmelden 😊 Einstieg bei freiem Platz jederzeit möglich. Keine Kenntnisse nötig. Für Anfänger und für Geübte, niveaugerechte Übungsvarianten.

Kurse im 2024: Block1 (12x) 10.01.-03.04.2024 / Block2 (11x) 24.04.- 03.07.2024
Block3 (6x) 14.8.-19.9.2024 / Block4 (10x) 16.10.-18.12.2024