



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 19. Oktober bis 21. Dezember

Kosten 200 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. Erwachsenenbildnerin 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