



yogamond

der Weg zu einem gesunden,
harmonischen, bewussten Leben

Die Natur ist goldig, farbig, bunt, die Natur weiss nichts von unseren Herausforderungen, den täglichen Turbulenzen und den globalen Gegebenheiten. Frische Luft, Bewegung, gesunde Ernährung, genügend Schlaf und Yoga können Dir helfen, in Deiner lichtvollen Widerstandskraft zu bleiben.

Damit Du von zu Hause Yoga üben kannst, biete ich ab sofort einen Yogakurs an, welchen Du streamen kannst.

Jeden Mittwochabend werde ich eine neue Übungsfolge hochladen. Du hast damit die Möglichkeit, mit Deiner Familie oder allein, Yoga zu praktizieren so oft oder solange Du Lust hast.

5 Wochen à 5 Übungseinheiten kosten 100 Franken.

Wenn Du Interesse an diesem Kurs hast, schreib mir eine Mail.

Von ganzem Herzen wünsche ich Dir einen goldigen Herbst und Zeit voller Zauber, Gesundheit und Kraft.

Alles Liebe Silvie

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