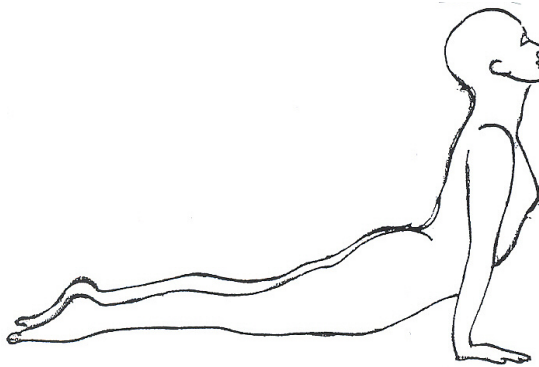


Yoga tut gut



Hatha-Yoga ist ein über 1000 Jahre altes Übungssystem, das bestens zur Situation des modernen Menschen passt: es spricht Körper, Geist und Seele an. Durch Körper-, Atem- und Konzentrationsübungen verbessern sich Ihre Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. Sie erleben angenehme Entspannung und neue Lebenskraft. Yoga hilft Ihnen zu erkennen, wie Sie ihr Körper-Geist-Seele-System harmonisieren und in ein wohltuendes Gleichgewicht bringen können. Der Yoga-Kurs wird fortgesetzt: für Sie eine gute Gelegenheit zu einer Begegnung mit dem Yoga und mit sich selbst.

Kursort	yogaraum-burgdorf, Meisenweg 2, 3400 Burgdorf
Kursdauer	12. August 2019 bis 20. September 2019
Herbstferien	21. September 2019 bis 13. Oktober 2019
Kursbeitrag	6 mal Fr. 23.00 = Fr. 138.00 (Lektion à 90 Minuten) Einzelne Lektionen in der Gruppe: Fr. 26.00 (nach Absprache) Privatlektionen: nach Vereinbarung
Kurszeiten	Montag 09.00 – 10.30 Uhr Montag 10.45 – 12.00 Uhr Dienstag 18.15 – 19.45 Uhr Dienstag 20.00 – 21.30 Uhr (Eveline Liechti*) Mittwoch 09.00 – 10.30 Uhr Mittwoch 18.15 – 19.45 Uhr Freitag 09.00 – 10.30 Uhr
Einzahlen	zahlbar bei Quartalsbeginn IBAN: CH67 0079 0042 3751 0320 1 BEKB Einzahlung am Postschalter: plus Fr. 2.00 Schaltergebühren
Auskunft / Anmeldung:	Ursula Morell.Wetzel dipl. Yogalehrerin Yoga Schweiz, Europäische Yoga-Union Spiraldynamik Fachkraft Schönbühlweg 3, 3400 Burgdorf 034 422 35 88 privat 079 356 05 16 mobile u.morell@besonet.ch www.yogaraum-burgdorf.ch

* Eveline Liechti, Yogalehrerin YS in Ausbildung, 079 697 71 17

Die Teilnahme am Yogaunterricht erfolgt auf eigene Verantwortung. Im Zweifelsfall konsultieren Sie bitte vor Kursbeginn einen Arzt/eine Ärztin.