



*SCHNUPPERWOCHE GRATIS 02.05-05.05.2022
BITTE ANMELDEN! TEL. 079 514 82 62*

KURSE



Yoga über den Mittag:

Mittwoch 12.15-13.15

Dance Yoga:

Dienstag 10.15-11.30

Yoga am Morgen:

Dienstag 08.15-09.15

09.15-10.15

Donnerstag 06.15-07.15

Jeder Kurs beinhaltet:

Pranayama-Atmung

Asana-Körperübung

Shavasana-Entspannung

*Alle Kurse finden im **ZEOT Effingerstrasse 3**
3011 Bern statt.*

Anmeldung: Yvonne Von Rotz

yes3.ch, info@yes3.ch, 079 514 82 62