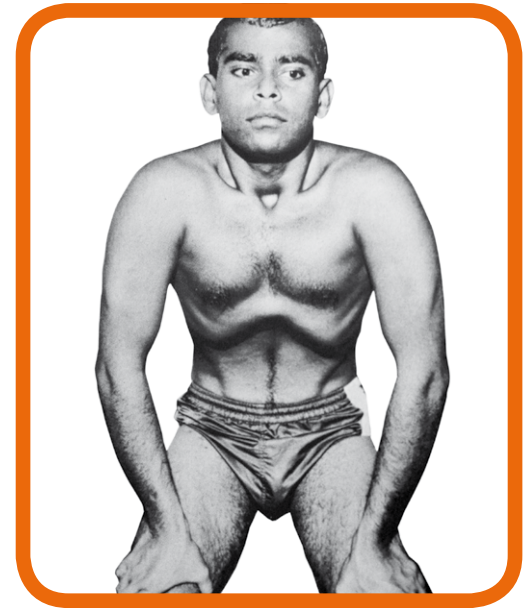
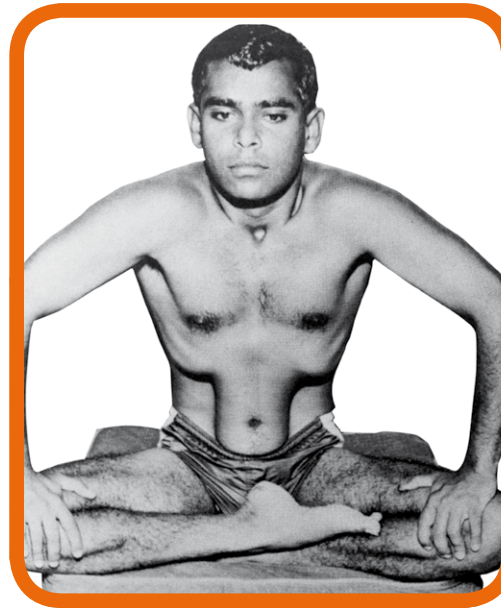
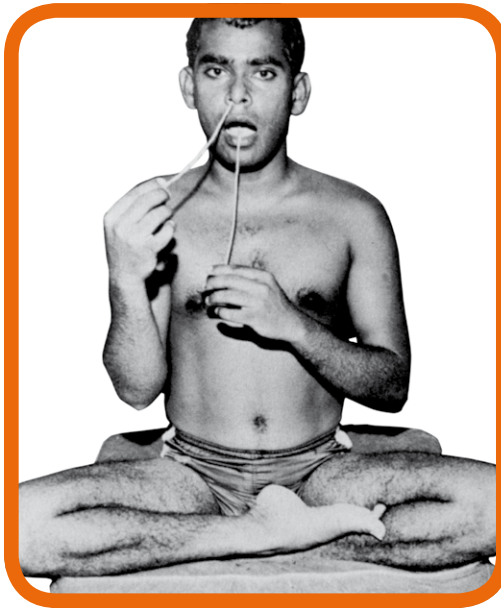
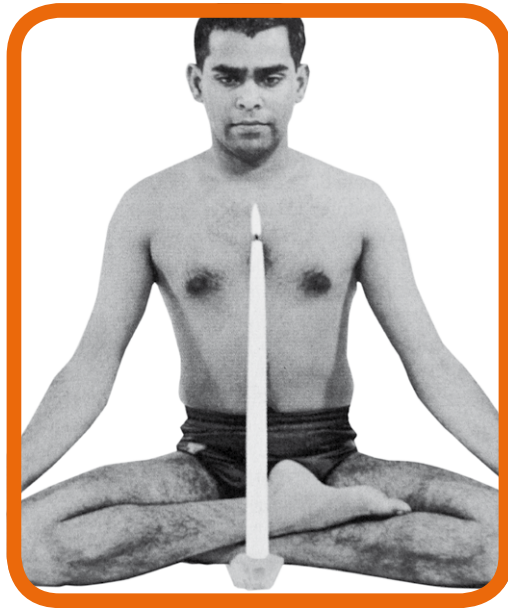


Kriya-Workshop

dein persönlicher Winterservice



Samstag, den 14. November 2015

Kriyas sind Reinigungstechniken, um überflüssige Fettpolster und Schleim aus dem Körper zu entfernen.

Entwickle einen leichteren Körper, stärke das Atmungs- und das Verdauungssystem und verbessere die Konzentrationsfähigkeit mit diesen Reinigungstechniken.

Ein Highlight für jeden Yogi. Anfänger sind willkommen, auch für Yogalehrer zu empfehlen.

8:00 1. Meditation
8:15 Beginn des Workshops
10:15 Tee
10:30 Hatha Yoga Klasse
12:30 2. Meditation
13:00 Mittagessen

Kosten alles inkl. CHF 60.-

Weitere Infos findest du auf
facebook.com/yogaclasicosivananda
Bitte anmelden bei:
info@yogaclasico.ch

Sivananda Yoga Bern
Nischenweg 3, 3013 Bern

sivananda yoga bern www.sivananda.eu

yogaclasico.ch