



HATHA YOGA FÜR ANFÄNGER

THEORIE
UND PRAXIS

Sonntags von 18.45 – 20.15

6. Juli, 13. Juli, 20. Juli, 27. Juli

- Leidest du unter Rückenweh, Schlaflosigkeit, Atemproblemen, Kopfschmerzen?
Probiere mal Yoga!
- Yoga nach Sivananda (Yogalehre seit 1936)
- Kleine Klassen
- 15 Minuten zu Fuss vom Zytglogge,
bei Natha Yoga Schweiz, am Uferweg 7,
im Altenberg
- **Teilnahme auf Anmeldung**

Weitere Infos unter:

info@yogaclasico.ch

www.yogaclasico.ch | www.sivananda.eu

