

Yoga, Heil-Gymnastic

Sanftes Körpertraining
mit bewussten, achtsamen Übungen
erreichst du innert wenigen Lektionen einen
beweglichen Körper

mit

ursula gehret

ganzheitliche Mentorin

jeweils Mittwochabends
18.30 - 20.00 Uhr

Daten:

8./15./22./29. januar 2025

5./12./19./26. februar 2025

5./12./19./26. märz 2025

2./9./16./23.30. april 2025

7./14./21./28. mai 2025

4./11./18./25. juni 2025

im www.netzpunkt-zimlisberg.ch

mitbringen: Yoga-matte, Decke, bequeme Kleider

Ausgleich: Sfr. 30.- pro Lektion

verbindliche Anmeldung

ursula gehret

+41 79 900 22 53

ursulabgehret@gmail.com

