

EARLYBIRD YOGA AM SEE

DEIN VITALISIERENDER TAGESSTART



Foto: Isabelle Schürer | @isabelle_creative_media



TERMINE (KW 30) – LIVE UND ONLINE

Montag | 22. Juli 2024 | 6.30–8.00
Dienstag | 23. Juli 2024 | 6.30–8.00
Mittwoch | 24. Juli 2024 | 6.30–8.00
Donnerstag | 25. Juli 2024 | 6.30–8.00
Freitag | 26. Juli 2024 | 6.30–8.00

ZOOM-LINK

[https://us06web.zoom.us/j/8142539626?
pwd=UDJ1NUx1MTF1MTIFd0lOOOGcraXdNUT09](https://us06web.zoom.us/j/8142539626?pwd=UDJ1NUx1MTF1MTIFd0lOOOGcraXdNUT09)

ORT

Badewiese bei der Wassersportanlage BASPO
am Birkenweg in Ipsach.
Durchführung nur bei trockener Wetterlage.

MITNEHMEN

Eigene Yogamatte, bequeme Kleider im Schichten-
prinzip und ein wärmendes Tuch für Shavasana.

YOGASTIL

Gelenkmobilisation, Atemübungen sowie
Sonnengruss-Variationen.
Die Lektionen sind für alle Level geeignet.

KOSTEN PRO LEKTION

Mit Yoga Abo | 1 Guthaben
Ohne Yoga Abo | CHF 30.00

LEITERIN

Corinne Aebischer | Dipl. Yogalehrerin

Die Anmeldung ist nicht erforderlich.
Spontane Frühaufsteher sind herzlich
willkommen!

MEHR INFOS

