

# HERZLICH WILLKOMMEN IM YOGA GRUPPENUNTERRICHT



Foto: Isabelle Schürer | @isabelle\_creative\_media | Yogabolster: beyondyoga.ch



**Montag | 18.30 – 20.00 in Nidau**  
Yin und Hatha Yoga (mit Livestream)

**Dienstag | 18.00 – 19.30 in Ipsach**  
Yin Yoga (mit Livestream)

**Mittwoch | 18.30 – 20.00 in Nidau**  
Hatha Yoga (mit Livestream)

**Donnerstag | 9.00 – 10.30 nur online**  
Hatha Yoga

**Donnerstag | 18.30 – 20.00 in Ipsach**  
Yin Yoga (mit Livestream)

**Freitag | 8.30 – 10.00 in Nidau**  
Hatha Yoga (ohne Livestream)

Fast alle Gruppenkurse werden sowohl vor Ort als auch per Livestream angeboten. Sie sind für Anfänger und Yoginis auf mittlerem Niveau geeignet.

## MEDIALE YOGALEHRERIN

Corinne Aebischer

Dipl. Yogalehrerin | Zert. mediale Beraterin

[www.corinneyoga.ch](http://www.corinneyoga.ch) |  @corinne\_aebischer

Yoga ist eine effektive Methode, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und dein Wohlbefinden ganzheitlich zu steigern. Durch die regelmässige Yogapraxis kannst du mehr Lebenskraft, Begeisterung und Energie in deinem Leben erfahren.

## MEHR INFOS

