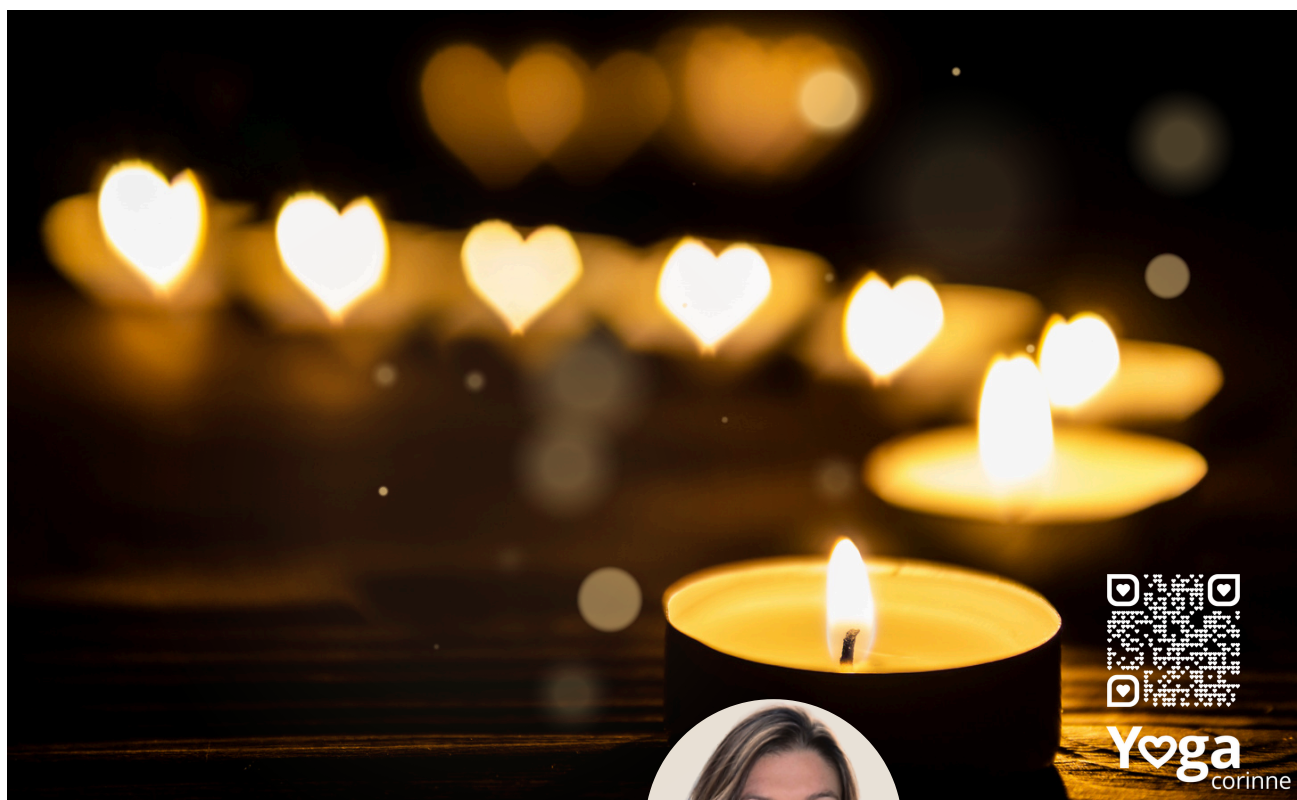


YOGA IM ADVENT

DEINE VORWEIHNACHTLICHE TANKSTELLE



«In der Stille angekommen, höre ich auf mein Inneres, spüre ich Geborgenheit, lerne ich Gelassenheit, tanke ich Vertrauen...»

Ernst Ferstl

BARKENHAFEN NIDAU

In der warmen, von Kerzenschein erfüllten BaHa-Atmosphäre schenken wir Körper und Geist Raum, um zu entspannen und neue Energie für die Übergangszeit zu schöpfen. Diese Lektionen sind eine liebevolle Einladung, dich in deine Mitte zurückführen zu lassen – dorthin, wo Stille und Licht bereits in dir leuchten.

YOGASTIL

Gemeinsam praktizieren wir Yin Yoga und Yoga Nidra; für alle Erfahrungsstufen geeignet.

MATERIAL

Alles Yogamaterial ist vorhanden. Bequeme und warme Bekleidung im Schichtenprinzip mitnehmen.



TERMINE

Sonntag, 1. Advent | 29.11.26 | 16:30–18:00
Sonntag, 2. Advent | 06.12.26 | 16:30–18:00
Sonntag, 3. Advent | 13.12.26 | 16:30–18:00
Sonntag, 4. Advent | 20.12.26 | 16:30–18:00

PRÄSENZUNTERRICHT

Die Lektionen finden ausschliesslich vor Ort statt (kein Livestream) und können einzeln gebucht werden. Melde dich bis samstags an.

KOSTEN PRO LEKTION

CHF 28.00 mit Yoga-Abo (1 Guthaben)
CHF 30.00 ohne Yoga-Abo (bar oder Twint)

LEITERIN

Corinne Aebischer
Dipl. Yogalehrerin YCH | Zert. mediale Beraterin
www.corinneyoga.ch | info@corinneyoga.ch