

Yoga Frühling

Energie ins Fließen bringen
Reinigen und Kraft tanken
Sich dem Leben öffnen

Detox
Yoga Einheiten
für Leber und
Gallenblase

Entspannungs-
übungen
für die Augen

Mehr
Beweglichkeit
in den
Hüftgelenken

Jahreszeiten Yoga

Sorgt für Energie • Schenkt Harmonie • Erleichtert Veränderungen

Ort & Zeit

Aarberg, Heckenweg 29

Montag, 15:45 und 17:30 Uhr

Mittwoch, 9:00 Uhr

Freitag, 9:00 und 10:30 Uhr

Ins, Fauggersweg 8

Dienstag, 18:00 Uhr

Anmeldung

Myriam Schnepf

076 516 62 59

info@yoga-myriam.ch

www.yoga-myriam.ch

**Yoga – sich mit dem Lauf
der Sonne wandeln**