



Open-Air-YOGA



Im Schlossgarten Wangen a. Aare

Während der Sommerwoche vom **Montag, 14. Juli bis Freitag, 18. Juli 2014**

Montag 19:30-20:30

Dienstag 09:30-10:30

Mittwoch 19:30-20:30

Donnerstag 09:30-10:30

Freitag 09:30-10:30



Wer fehlt auf diesem Bild? – Ja genau - Du!

Geniesse den Start in den neuen Tag/den sich dem Ende neigenden Tag mit uns und mit Yoga! Du spürst die morgendliche/abendliche Frische und als Kontrast dazu die ersten/letzten wärmenden Sonnenstrahlen auf Deiner Haut. Der Duft der Blumen, der Geruch der Erde und des Rasens berühren Deine Sinne.

Nach der Yoga-Lektion fühlst Du Dich frisch, in Deiner Kraft und Schönheit, ruhig, gelassen und entspannt; eine gute Voraussetzung um mit Leichtigkeit in Deine nächsten Stunden einzutauchen!

Ort: Im Schlossgarten Wangen a. Aare (neben der schönen Holzbrücke)

Mitnehmen: Yogamatte und/oder Strand- Badetuch als Unterlage zum Üben, bequeme Kleidung, Wasser-Trinkflasche.
Wir bewegen uns barfuss oder in Socken.

Kosten: CHF 10.- (zahlbar direkt vor Ort)

Man(n)/Frau muss sich nicht anmelden; - auch ideal geeignet für interessierte Freunde, Bekannte und AnfängerInnen!

**Bei schlechtem/nassem Wetter üben wir im Yoga-Raum, Vorstadt 40, Wangen a. Aare.
(EINGANG WEST, kostenfreie Parkplätze hinter dem Haus)**

Auskünfte:

Therese Wild, Yoga Bewussterleben

079 519 07 50 / yoga.therese@gmx.ch / www.yoga-bewussterleben.ch

Wir freuen uns auf Dich!