

YOGA IM BREITSCH



Dranbleiben & Loslassen

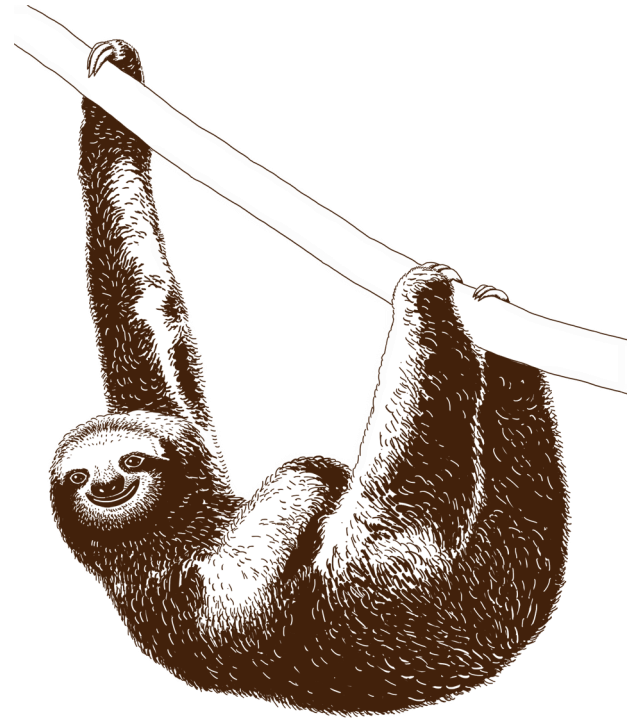
Achtsamer Yoga
in Kleingruppen

Für Junge und Alte Hasen

Männer und Frauen

Körper und Geist

Fürs Herz



Pulsierende
Lebensfreude



Coming hOMe

Vibrierende Stille

Klingende
Körperwahrnehmung

Ab Januar NEU

In der «Waldhöhle» am **Waldhöhweg 33, 3013 Bern** hat es einen kleinen Yoga-Raum mit sechs Matten. Ab Januar unterrichte ich Kurse an drei Wochentagen, für die du dir Platz per Abonnement sichern kannst:

Dienstag	19.30 – 20.45 Uhr
Mittwoch	17.30 – 18.45 Uhr
Donnerstag	09.00 – 10.15 Uhr

Im Quartalabo vom 8. Januar bis 28. März kosten 11 Lektionen CHF 275. Bei Verhinderung kannst du an einem anderen Tag vor- oder nachholen. Drop-In à CHF 30, sofern Platz vorhanden.

Für eine Schnupperlektion à CHF 20 melde dich bitte direkt bei mir:

Yaira Yonne-Konishi
077 430 54 00

dipl. Yogalehrerin YCH/EYU
yaira@yairayonne.ch

Co-Schulleiterin Tapas Yoga Schule Bern
www.yairayonne.ch

Weitere Yoga-Kurse:

Mittwoch
Donnerstag

19.30 Uhr bei Rahel Bigler (078 756 31 41)

18.30 Uhr bei Natasa Nikolic (079 128 04 96)