YOGATELIER

Yoga Sommer-Tage

– in Verbindung mit den Elementen –

Montag 08. Juli – Donnerstag 12. Juli 2024

9.00 bis 12.00 Uhr
Fr. 420.–

Tagesprogramm

30 min	Meditation
30 min	Pranayama
15 min	Pause
90 min	Asanas Praxis

«Wer Yoga übt, entfernt das Unkraut aus dem Körper, sodass der Garten wachsen kann.»

B. K. S. Iyengar

Ana Exposito – dipl. Yogalehrerin SYV/EYU – dipl. Yogatherapeutin – dipl. Iyengar-Yogalehrerin
YOGATELIER Bahnhofstrasse 32 4900 Langenthal 078 820 21 91 www.yogatelier.ch