



Yoga – Bewegung & Ruhe

Workshops in Wichtrach

Daten:

Samstag: 09., 16. und 30. August 2025

Zeit: 09.00 – 12.00 Uhr

Ort: Kirchstrasse 10, Mehrzweckgebäude, 3114 Wichtrach

Programm:

- | | |
|--------------------|--|
| 09.00 – 10.00 Uhr: | Hatha Yoga
Die Praxis wird an die
Teilnehmenden angepasst. |
| 10.00 – 11.00 Uhr: | Warum Yoga?
Den Yoga noch besser verstehen. |
| 11.00 – 11.30 Uhr: | Fragen und Austausch |
| 11.30 – 12.00 Uhr: | Sanfte Bewegung und Meditation |

Die Workshops können einzeln für CHF 60.– oder gemeinsam zum Spezialpreis von CHF 160.– gebucht werden.

Anmeldung

Therese Dudan

Tel. 078 707 98 24 (per Whatsapp oder SMS)

therese.dudan@gmx.ch

treffpunkt-yoga.ch