



Yoga-Kurs

Durch Yoga können wir Energie tanken, Nervosität abbauen, Harmonie finden, in uns schlummernde Kräfte wecken. Yoga ist eine einfache, praktische und ganzheitliche Methode, die durch Körper-, Atem-, Konzentrations- und Entspannungsübungen den Menschen in sein inneres Gleichgewicht bringt.

Wann	jeweils am Montag, 09:45 Uhr Einstieg jederzeit möglich!
Ort	im Sigristenhaus in Ettiswil
Kosten	Fr. 22.00 pro Lektion oder 10er-Abo für Fr. 190.00
Leitung	Josy Schacher, dipl. Yoga-Lehrerin SYV, Grosswangen

Anmeldung & Auskunft:

Josy Schacher ☎ 041 980 27 52 oder ✉ jo-scha@bluewin.ch

**Gemeinnütziger Frauenverein
Grosswangen – Ettiswil - Alberswil**