

Sommerferien Auszeiten mit Badi Yoga von Herzen in Bisikon =)

Was: Ausgleichendes & wohltuendes Yoga mit naturverbundenen Achtsamkeitsübungen für Anfänger & Fortgeschrittene in der wunderschönen Naturbadi Bisikon nach Badi-Schluss.

Wann: In Sommerferien an 4 Mittwochabenden von 20:00 – 21:10 Uhr
19.07.2023, 26.07.2023, 09.08.2023 & 16.08.2023

In Rücksprache mit den angemeldeten Teilnehmern werden die Lektionen eher bei trockener Witterung durchgeführt & bei Gewitter abgesagt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung & etwas warmes für in der Schlussspannung, als Unterlage eigene Yoga-Matte, Badetuch oder Picknickdecke, fürs Sitzen evtl. ein gerolltes Badetuch oder Wolldecke & evtl. Spray bez. der Insektentierli =)

Wo: **Schwimmteich Bisikon**, Oberillnauerstrasse 5, 8307 Illnau-Effretikon
(Anreise: Mit Velo, Bus 720 ab Effretikon oder Auto)

Beitrag: **Einzelne Lektionen zu CHF 25.-**

Barzahlung vor Ort oder TWINT. Badi Eintritt ist inkl. & kann am gleichen Tag von 09:00 – 20:00 Uhr zum Schwimmen oder "Sein" genutzt werden =)

Anmeldung: Direkt bei **Janine Beyer** per **SMS 079 510 99 49**
oder E-Mail an **janine@yoga-von-herzen.ch**

Ich freue mich auf Dich & auf die Auszeiten in der Natur =)

Janine Beyer - Dipl. Yogalehrerin des Schweizer Yogaverbandes (SYV/EYU)
& Shinrin Yoku / Waldbaden Kursleiterin
www.yoga-von-herzen.ch

