

# 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**

