

Bewegung Atmung Körperwahrnehmung

Herzlich willkommen in unseren **kostenlosen** Yoga-Kursen für Flüchtlingsfrauen **von August bis Dezember 2017**



Was bieten wir: einfache Übungen, für alle Frauen ausführbar, keine Vorkenntnisse nötig. Bequeme, warme Kleidung mitbringen.

Montag, 16 – 17 h Bewegungskurs für Frauen (und Jugendliche)

14. August - 25. September 2017, 7 Mal und ev. weiterführend

Dienstag, 10 – 11 h Bewegungskurs für Frauen

15. August - 19. Dezember 2017 (Ausfall/ Ferien am 1. 10. und 10. 10. 2017), 17 Mal

Donnerstag, 14 – 15 h Bewegungskurs für Frauen

17. August - 14. Dezember 2017 (Ausfall/ Ferien 5. 10 und 12. 10. 2017), 16 Mal

Ort: Lotos Yogazentrum, Rütimeyerstrasse 40, 4054 Basel,
Bus 34 hält vor dem Haus.

Mitbringen: Bequeme Kleidung

Anmeldung notwendig: per E-Mail, SMS oder Telefon an untenstehende Adressen.

Kontakt und Leitung: Marisa Nussbaumer, info@yogasiram.ch, 061 321 18 48,
Rosmarie Herczog, lotos@bluwin.ch, 079 319 28 42. Dipl. Yogalehrerinnen YS.