

Hatha Yoga

Fliegend - Belebend - Entspannend

Erlebe die wunderbare Kraft von Yoga in einem entspannten Umfeld. Du wirst auf deinem individuellen Niveau abgeholt, sodass du dich sanft um deinen Körper kümmern darfst.

Stundenplan:

Di, 17.15 - 18.45 Uhr, Outdoor*

Di, 19.15 - 20.45 Uhr, alle

Do, 8.30 - 10.00 Uhr, alle

Do, 17.15 - 18.45 Uhr, sanft

Do, 19.00 - 20.30 Uhr, moderat

*Outdoor im Sommer bei trockenem Wetter
Stunden finden ab 3 Teilnehmenden statt



Therapie

Komplementärtherapie Yoga
Yoga Privatunterricht
Fussreflexzonenmassage
Klassische Massage
Faszien- & Bindegewebsmassage

Ab Herbst 24 Yoga & Fussreflex
krankenkassenanerkannt



Claudia Beutler
3860 Meiringen
076 306 66 58

www.aterraum-yoga.ch
therapie@aterraum-yoga.ch