



Schänzlihalde 23

iyengar-
yoga-
bern.
ch

Samstagmorgen zum Thema Osteoporose mit Brigitte

Samstag, 17. Mai 2025 von 9 – 12 Uhr

An diesem Morgen geht es darum, zu lernen, wie ich bei Osteoporose Asanas in meine tägliche Praxis integrieren kann. Es geht auch um Prävention. Welche Asanas sind geeignet? Wie übe ich sie, um deren volle Wirkung zu erlangen?

Kursort: iyengar-yoga-bern, Schänzlihalde 23, 3013 Bern

Kosten: CHF 70.--/bar

Anmeldung an brigitte.boegli@iyengar-yoga-bern.ch
Die Anmeldung ist verbindlich.

Anmeldefrist 10. Mai 2025

Auskunft Brigitte Bögli, 078/681 43 24