

Traditionelle Hatha-Yoga-Kurse

Im Kurs wird Ihnen ein Weg vermittelt, wie Sie entspannter, stressfreier und konzentrierter das Leben meistern können. Durch die verschiedenen Übungen werden Ihre Sinne sensibilisiert und Sie nehmen Ihren Körper bewusster wahr.

Körperlich und mental gestärkt können Sie lockerer und gelassener in den Alltag schreiten. Grössere Zufriedenheit und Lebensfreude werden Sie auf Ihrem Weg durchs Leben begleiten.

Besuchen Sie unverbindlich eine kostenlose Probelektion! Menschen aller Altersgruppen sind jederzeit herzlich Willkommen!



André Rüttimann
dipl. Yogalehrer SYV/EYU
Ausbilder mit eidg. Fachausweis
Mitglied des Schweizer Yogaverbandes

079 466 48 10
info@yoga8.ch
www.yoga8.ch

Richterswil

Farbweg 18

Di 18.00 - 19.15

Di 19.30 - 20.45

Fr 8.30 - 9.45

Einsiedeln

Hauptstrasse 68

Mi 9.00 - 10.15

Do 18.00 - 19.15

Do 19.30 - 20.45

Ingenbohl

Theresianum

Mo 19.15 - 20.30

Mi 18.15 - 19.30

Mi 19.45 - 21.00

yoga8.ch

Richterswil / Einsiedeln / Ingenbohl