

# Bewegung Atmung Körperwahrnehmung



Herzlich willkommen in unseren **kostenlosen** Bewegungskursen (Yoga)  
für Flüchtlingsfrauen von **Januar bis Juni 2023**



Was bieten wir: einfache Übungen, für alle Frauen ausführbar, keine Vorkenntnisse nötig.  
Kleine Gruppen. Sicherer Rahmen.

**Wann** **Donnerstags, 14.00 Uhr – 15.00 Uhr**

Januar 12. / 19. / 26.

April 20. / 27.

Februar 2. / 9. / 16.

Mai 4. / 11. / 25.

März 9. / 16. / 23. / 30.

Juni 1. / 8. / 15. / 22. / 29.

**20 Lektionen mit Therese & Marisa**

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

**Mitbringen** Bequeme Kleidung

**Kontakt und  
Anmeldung**

Marisa Nussbaumer  
info@yogasiram.ch

061 321 18 48, sms 079 456 04 33