

Bewegung Atmung Körperwahrnehmung

Herzlich willkommen in unseren **kostenlosen** Bewegungskursen (Yoga) für Flüchtlingsfrauen **von Mai bis Juli 2021**



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

Wann:

Donnerstags, 14.00 Uhr – 15.00 Uhr

20.5./ 27.5./ 3.6./ 10.6./ 17.6./ 24.6./ 1.7.

7 Lektionen mit Therese & Marisa

Im Zentrum gilt ein Corona-Schutzkonzept:

bitte Maske tragen und Tuch oder eigene Matte mitbringen!

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