

Yoga in den Sommerferien vom 05. Juli – 13. August 2021

Liebe Yogafreundinnen und Yogafreunde

Wir freuen uns sehr, euch auch in diesem aussergewöhnlichen Jahr wieder ein tolles **Yoga Sommerferien Programm** anbieten zu können. Wir sind alle sehr froh darüber endlich wieder gemeinsam Yoga zu praktizieren.



Nutze die Gelegenheit während den Schulferien vom **05. Juli bis 13. August 2021** vielleicht auch mal etwas anderes auszuprobieren.

Achtung: Wegen der speziellen Situation ist für alle Kurse eine Anmeldung zwingend erforderlich!

Telefon-Nummer und E-Mail-Adresse der Lehrer*innen findest du auch unter www.lotosyoga.ch/yogakurse

Wir freuen uns auf Deinen Besuch.

Herzliche Grüsse



Lotos — Yoga Team

1. Woche

Wann	Was	Wer	Anmeldung	CHF	Raum	
Mo 05.07.	12:30 - 13:30	Rücken yoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
	19:00 - 20:15	Hatha Yoga	Carla Felber	carla.felber@lotosyoga.ch	25	K, ⚙
	20:00 - 21:15	Hathayoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
Di 06.07.	20:30 - 21:45	Hatha Yoga	Ariane Weber Kern	079 484 37 43	25	K
Mi 07.07.	19:00 - 20:15	Hatha Yoga	Carla Felber	carla.felber@lotosyoga.ch	25	H
	20:30 - 21:45	Hathayoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
Do 08.07.	09:00 - 10:15	Hatha Yoga	Carla Felber	carla.felber@lotosyoga.ch	25	H
	11:00 - 12:15	gentle yoga	Anna T.Lieber	taschlieber@gmail.com	25	H
Fr 09.07.	-	-	-	-	-	-

2. Woche

Wann	Was	Wer	Anmeldung	CHF	Raum	
Mo 12.07.	12:30 - 13:30	Rücken yoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
	20:00 - 21:15	Hathayoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
Di 13.07.	-	-	-	-	-	-
Mi 14.07.	11:00 - 12:15	gentle yoga	Anna T.Lieber	taschlieber@gmail.com	25	H
	19:00 - 20:00 (Treffpunkt Pavillion)	Yoga im Schützenmattpark	Beat Lütolf	079 602 53 94	20	⚙
	20:30 - 21:45	Hathayoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
Do 15.07.	18:00 - 19:15	Hatha Yoga	Karin Kral	karin.kral@breitband.ch	25	H
Fr 16.07.	-	-	-	-	-	-

3. Woche

NEU: Intensivwoche per Zoom vom 20. - 24. Juli 2021 mit Patrick Tomatis

5x Morgenpraxis Di - Sa jeweils 07:00 - 09:15 aus der Sommerwoche Chemin

CHF 180.- für die ganze Woche, Anmeldung an sekretariat@lotosyoga.ch

Wann	Was	Wer	Anmeldung	CHF	Raum	
Mo 19.07.	12:30 - 13:30	Rücken yoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
	20:00 - 21:15	Hathayoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
Di 20.07.	-	-	-	-	-	
Mi 21.07.	11:00 - 12:15	gentle yoga	Anna T.Lieber	taschlieber@gmail.com	25	H
	20:30 - 21:45	Hathayoga	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	25	H
Do 22.07.	-	-	-	-	-	
Fr 23.07.	11:00 - 12:15	gentle yoga	Anna T.Lieber	taschlieber@gmail.com	25	K

H = Himalaya = 2. Stock

K = Kerala = EG

⚙ = bei schönem Wetter im Park

4. Woche

Wann		Was	Wer	Anmeldung	CHF	Raum
Mo 26.07.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Di 27.07.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
	18:30 - 19:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Mi 28.07.	-	-	-	-	-	-
Do 29.07.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
	18:30 - 19:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Fr 30.07.	-	-	-	-	-	-

5. Woche

Wann		Was	Wer	Anmeldung	CHF	Raum
Mo 02.08.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Di 03.08.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
	18:30 - 19:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Mi 04.08.	-	-	-	-	-	-
Do 05.08.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
	18:00 - 19:15	Hatha Yoga	Karin Kral	karin.kral@breitband.ch	25	H
	18:30 - 19:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Fr 06.08.	11:00 - 12:15	gentle yoga	Anna T.Lieber	taschlieber@gmail.com	25	H

6. Woche

NEU: Intensivwoche per Zoom vom 09. - 13. August 2021 mit Carla Felber und Marisa Nussbaumer

5x Morgenpraxis Mo - Fr jeweils 07:30 - 09:00 aus der Sommerwoche Rügel

CHF 180.- für die ganze Woche, Anmeldung an sekretariat@lotosyoga.ch

Wann		Was	Wer	Anmeldung	CHF	Raum
Mo 09.08.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Di 10.08.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
	18:30 - 19:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Mi 11.08.	-	-	-	-	-	-
Do 12.08.	08:30 - 09:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
	11:00 - 12:15	gentle yoga	Anna T.Lieber	taschlieber@gmail.com	25	H
	18:30 - 19:45	AYUR Yoga	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	30	K
Fr 13.08.	-	-	-	-	-	-

