

Yoga Intensiv & Yoga auf den Punkt gebracht



Zum Thema Yoga & Schlaf mit Brigitte Bruni

Yoga Intensiv

Yoga für einen guten Schlaf

Freitag, 09. Februar 2024

in Basel und via Zoom

18:00 bis 20:00 Uhr

Yoga auf den Punkt gebracht

Yoga und Schlaf

Welche yogischen Elemente sind
schlaffördernd?

Samstag, 10. Februar 2024

in Basel von 09:30 bis 13:30 Uhr



Kosten

Yoga Intensiv: CHF 40 | Studierende der Ausbildung nehmen kostenlos teil

Yoga auf den Punkt: CHF 70 | Studierende der Ausbildung CHF 50

Package beider Angebote: CHF 100

Weiterbildungsnachweis

auf Anfrage im Sekretariat erhältlich

Anmeldung

sekretariat@lotosyoga.ch | 061 271 40 86