

YOGA FÜR FRAUEN

FÜR ANFÄNGERINNEN UND FRAUEN MIT
WENIG DEUTSCHKENNTNISSEN

Montag 9.00 - 10.00 Uhr

Ref. Kirchgemeindehaus

Eymattstrasse 2b, **3027 Bern**

Roswitha Alpstaeg: 031 996 18 52

Freitag 9.00 - 10.00 Uhr

Ref. Kirchgemeindehaus

Obere Zollgasse 15, **3072 Ostermundigen**

Eveline Lehmann: 079 543 75 79

Kosten: Fr. 5.- (Kulturlegi)

Nach Situation: Fr. 10.- (AHV/IV) / Fr. 15.- (regulär)

Leitung: Sonja Preisig und Tanja Fürst

www.yogapro.ch / 079 279 42 66



**Mit Kinderbetreuung
(Kinder anmelden)**

Yoga für Frauen bietet dir **Bewegung, Kräftigung, Entspannung und Zusammensein** mit anderen Frauen.

Es braucht **keine Vorkenntnisse** und **kein Material**. Bequeme Kleidung genügt.

Nach der Yogastunde gibt es die Möglichkeit, **Tee oder Kaffee zu trinken** und Gesundheitsthemen zu besprechen.

Die Angebote sind für Frauen, die aus verschiedenen Gründen **kein reguläres Angebot** besuchen können.



Ein Angebot des Vereins YogaPro in Zusammenarbeit mit den **reformierten Kirchen Ostermündigen und Bethlehem**, unterstützt von der **Warlomont Anger Stiftung** u.a.

