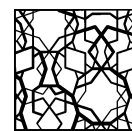


12NACH12



HAUS DER RELIGIONEN



Yoga am Mittag

Die bewegte Mittagspause im Haus der Religionen – Dialog der Kulturen: Inspiriert von Hatha-, Ashtanga- und Jivamukti-Praktiken unterrichtet Valentine Bahri «conscious vinyasa» mit Yin-Yoga-Einflüssen. Die Sequenzen werden kreativ an die Bedürfnisse und das Wohlbefinden der Kursteilnehmenden angepasst.

Jeden Donnerstag um 12 nach 12

Alle Niveaus sind willkommen, Yogamatten und Hilfsmittel vorhanden.

Unterrichtssprache: Englisch (Hilfestellungen in frz. und dt. möglich)

Dauer: 60'.

Kosten: CHF 20 (Einzellektion) bzw. CHF 180 (10er Abo), Kulturlegi 50%.

Der Kurs kann vor Ort bar oder mit EC-Karte bezahlt werden.

Aktuell gilt (Stand: 13.9.2021) Einlass nur mit gültigem Covid-Zertifikat.

Weitere Informationen: brigitta.rotach@haus-der-religionen.ch

HAUS DER RELIGIONEN – DIALOG DER KULTUREN



EUROPAPLATZ · 3008 BERN · WWW.HAUS-DER-RELIGIONEN.CH · INFO@HAUS-DER-RELIGIONEN.CH