

# Yoga tut gut - Tag

mit Martine Barro, 17. 5. 2025

Körperbewusstsein

Aktivität & Hingabe

Energie im freien Fluss

Weite in Körper und Geist



## Ort:

Hotel Schönbühl, Dorfstrasse 47, 3652 Hilterfingen

<https://schoenbuehl.ch/>

## Programm:

Samstag, 17. Mai 2025

08:30-10:00 Körperbewusstsein

10:00-10:30 Pause mit Kaffee, Tee & leichten Snacks

10:30-12:00 Aktivität und Hingabe

12:00-14:00 Mittagessen und Pause

14:00-15:30 Energie im freien Fluss

15:30-16:00 Pause mit Kaffee, Tee & leichten Snacks

16:00-17:30 Weite in Körper und Geist

Ab ca. 18:00 optional Abendessen (auf Anmeldung)

## Kosten:

Yoga

Mittagessen (2-Gang-Menü Vegi oder Fleisch) & Pausenverpflegung

Total inkl. MwSt: CHF 240.-

## Sonstiges:

Bei schönem Wetter findet das Yoga auch draussen statt

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 limitiert

Anmeldeschluss: 18. April 2025

## Kursleitung & Anmeldung

Martine Barro, Yogapraxis Thun, 079 704 66 46

Anmeldung per E-Mail bis 18. April auf: [m.barro@yogapraxisthun.ch](mailto:m.barro@yogapraxisthun.ch)