

Gesundheitsprävention ist physische und psychische Fitness.



## Laufyoga

Eine Naturerfahrung die erfrischt, wärmt und die Sinne öffnet.  
Breathwalk® verbindet Gehen, Atmen, Bewegung und Achtsamkeit.

Mittwoch, 25. Oktober - 20. Dezember 2017  
jeweils von 09.15-10.30 Uhr

Treffpunkt: Strandbad Auslikon

Kosten: Chf 15.-

Kursleitung: Diana Buntschu / Yoga / Walkinglehrerin

Anmeldung: [info@yoga-sunshine.ch](mailto:info@yoga-sunshine.ch) Tel. 079 660 52 62

Gesundheitsprävention ist physische und psychische Fitness.



## Laufyoga

Eine Naturerfahrung die erfrischt, wärmt und die Sinne öffnet.  
Breathwalk® verbindet Gehen, Atmen, Bewegung und Achtsamkeit.

Donnerstag, 26. Oktober - 21. Dezember 2017  
jeweils von 09.15-10.30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Maiwinkel / Bäretswil

Kosten: Chf 15.-

Kursleitung: Diana Buntschu / Yoga / Walkinglehrerin

Anmeldung: [info@yoga-sunshine.ch](mailto:info@yoga-sunshine.ch) Tel. 079 660 52 62