



# MULTIPULS YOGA

## BEWEGEN UND ENTSPANNEN

# MULTIPULS YOGA

## BEWEGEN UND ENTSPANNEN

Erlebe wohltuende Bewegungen und pure Entspannung mit **Cornelia Abplanalp**, zertifizierte Yogalehrerin. Tauche ein in die Welt des Yoga - ideal für alle, die Körper und Geist in Einklang bringen möchten.

**Immer mittwochs, jeweils von 19.00 bis 19.45 Uhr**

**19. März · 02. April · 07. Mai · 14. Mai · 21. Mai  
28. Mai · 04. Juni · 11. Juni · 25. Juni · 02. Juli**

- Ort:** Kompetenzzentrum Integration Thun-Oberland, Uttigenstrasse 3, 3600 Thun  
Bus Nr. 4, Haltestelle Hauptkaserne
- Mitnehmen:** Bequeme Kleidung und eine weiche Decke (Yogamatte vorhanden).
- Kosten:** Fr. 50.- für zehn Lektionen  
Wer eine KulturLegi besitzt, erhält Reduktion.
- Anmeldung:** Daniela Jäggi: 079 176 07 61  
oder [daniela.jaeggi@thun.ch](mailto:daniela.jaeggi@thun.ch)  
Die Anmeldung ist verbindlich.
- Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmenden.

Mehr Informationen zum Kompetenzzentrum  
Integration Thun-Oberland unter **[thun.ch/kio](http://thun.ch/kio)**