

Verena Nacke
Diplom-Betriebswirt (EBS)
Yogalehrerin (BYV)

Pascal Portmann
Diplom-Sozialpädagoge
Yogalehrer (SYV)
Inh. Yogastudio Luzern



**Mach mit beim kostenfreien YOGA FOR ALL – Kurs jeden Sonntag
für Frauen und Männer
von 17.00 bis 18.15 Uhr im mii-ruum, Tribschenstrasse 19 in Luzern
mit unseren engagierten (ehrenamtlichen) Yogalehrerinnen**

KURSTERMINE VOM 04. OKTOBER BIS 27. DEZEMBER 2026

Sonntag, 04. Oktober 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Tetiana
Sonntag, 11. Oktober 2026	17.30 – 18.40 Uhr	Sabrina
Sonntag, 18. Oktober 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Nadine
Sonntag, 25. Oktober 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Aline
Sonntag, 01. November 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Gaby
Sonntag, 08. November 2026	17.30 – 18.40 Uhr	Anna
Sonntag, 15. November 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Sabrina
Sonntag, 22. November 2026	17.30 – 18.40 Uhr	Aline
Sonntag, 29. November 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Gaby
Sonntag, 06. Dezember 2026	17.00 – 19.00 Uhr	Gaby
Sonntag, 13. Dezember 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Aline
Sonntag, 20. Dezember 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Verena
Sonntag, 27. Dezember 2026	17.00 – 18.15 Uhr	Sabrina

YOGAKURS-REGELN

1. **Pünktlich um 16.55 Uhr** in der Yogaschule sein, damit wir um 17.00 Uhr beginnen können.
2. **Regelmässig**, d.h. jeden Sonntag zum Yogakurs kommen.
3. **75 Minuten Zeit einplanen:** Kursende ist 18.15 Uhr.

KURSORT: Yogaschule mii-ruum, Tribschenstrasse 19, 6005 Luzern

Bei der AVIA-Tankstelle - mit den Bussen 6/7/8 bis Haltestelle „Werkshofstrasse“ in Luzern fahren

ORGANISATION / KONTAKT: Verena Nacke, Handy-Nummer 076/ 60 48 307

Wir freuen uns auf Dein Kommen!

Ohm Shanti Eure Verena und Team