



YOGA FOR ALL“ – Kursangebot: für alle kostenfrei und wertvoll

Herzliche Einladung zur Teilnahme an unserem YOGA FOR ALL - Kurs jeden Sonntag, 17.00 bis 18.15 Uhr mit Aline Stadelmann & Team im:

- **mii-ruum, Tribschenstrasse 19 in Luzern (17 – 18.15 Uhr)**
- **Yogastudio Luzern, Werkhofstrasse 18 in Luzern (18.15 – 19.30 Uhr)**

KURSTERMINE vom 07. Januar bis 24. März 2024

Sonntag, 07. Januar 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Nicole
Sonntag, 14. Januar 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Aline
Sonntag, 21. Januar 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Anna
Sonntag, 28. Januar 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Anna
Sonntag, 04. Februar 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Irena
Sonntag, 11. Februar 2024	17.00 – 18.15 Uhr	KEIN YOGA (Fasnacht)
Sonntag, 18. Februar 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Aline
Sonntag, 25. Februar 2024	18.15 – 19.30 Uhr	YOGASTUDIO Flavia (oder Nathalie)
Sonntag, 03. März 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Aline
Sonntag, 10. März 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Nathalie (oder Flavia)
Sonntag, 17. März 2024	17.00 – 18.15 Uhr	Jsabella
Sonntag, 24. März 2024	18.15 - 19.30 Uhr	YOGASTUDIO Aline
Sonntag, 31. März 2024	17.00 – 18.15 Uhr	KEIN YOGA (Ostern)

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
und am 12.11.2023 im Yogastudio, Werkhofstrasse 18

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