

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 05. OKTOBER BIS 14. DEZEMBER 2025

Sonntag, 05. Oktober 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Anna Busnelli
Sonntag, 12. Oktober 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Verena Nacke
Sonntag, 19. Oktober 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Nina Halter
Samstag, 25. Oktober 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Aline Stadelmann – Yogastudio
Sonntag, 02. November 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Vicky Wasner
Sonntag, 09. November 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Aline Stadelmann
Sonntag, 16. November 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Verena Nacke – noch ohne Raum
Sonntag, 23. November 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Vicky Wasner
Sonntag, 30. November 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Aline Stadelmann
Sonntag, 7. Dezember 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Violetta Morgenshtern
Sonntag, 14. Dezember 2025	17.00 – 18.15 Uhr	Aline Stadelmann
Sonntag, 21. Dezember 2025	KEIN YOGA	WEIHNACHTSPAUSE
Sonntag, 28. Dezember 2025	KEIN YOGA	WEIHNACHTSPAUSE

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