

Claudia Boller
Wylandstrasse 26
8400 Winterthur
claudia.boller@gmx.ch
Tel. +41 79 772 38 05
www.culture-time.ch



CULTURE TIME

Yoga Workshop vom 15. - 17. Juli 2016 in Winterthur

Liebe Freunde, geschätzte Freunde von Culture Time

Von **Freitag, 15. Juli bis Sonntag, 17. Juli 2016** findet der **Yoga Workshop** unter der Leitung von **Michaela Beermann** statt. Die Yogastunden finden je nach Wetter im Garten oder im Seminarraum statt. Michaela ist eine erfahrene Yogalehrerin und ihr Yoga ist geprägt von Achtsamkeit, Spaß und Genuss, sie organisiert und leitet Yogaferien und Workshops in Europa und Asien. Als Heilpraktikerin für Psychotherapie bietet sie auch Massagen, Körpertherapie und Beratungen an.

Gerne können gemeinsame Unternehmungen spontan geplant werden, z. B. gemeinsam Essen gehen, ein Frühstück im Garten, eine Stadtführung in Winterthur oder eine kleine Wanderung in der Region etc.

Programm:

Am Freitag findet die Yogasession von 17.00 bis 18.30 Uhr (90 Min) statt.

Am Samstag und Sonntag gibt es Yogastunden von 8.00 bis 9.30 Uhr (90 Min) und 17.00 bis 18.30 Uhr (90 Min). Für die Frühaufsteher wird an beiden Tagen ab 7.30 Uhr (30 Min) eine Meditation durchgeführt.

Kosten:

Im Kurspreis von **CHF 200** enthalten sind alle Yogastunden sowie die Meditation.

Weitere Infos findet Ihr unter: www.culture-time.ch

Ich bitte Euch, die Anmeldungen bis spät. 15. Juni 2016 via E-Mail, Tel., SMS, Whats App oder auf der Homepage zu tätigen. Die Platzanzahl ist beschränkt.

Namaste, Claudia