

# Yoga / Klangreise und gemeinsamer Brunch



Liebe Freundinnen und Freunde, geschätzte Gäste von Culture Time



Am **Sonntag, 8. Oktober 2023** findet eine Yogasession und Klangreise mit anschliessendem Brunch im lauschigen Garten, bei schlechter Witterung im Eventraum, statt.

#### Programm:

10.00 - 11.30 Uhr: Yoga und Klangreise  
Ab 11.30 Uhr: Brunch

#### Vinyasa Yoga:

Ein dynamischer Flow mit fließenden Bewegungen für den ganzen Körper.

#### Klangreise/Klangbad:

Die Klangreise ist eine Form der Tiefenentspannung, welche mittels speziell ausgesuchter Klänge und Musik initiiert wird.

Die Yogasession und die Klangreise sind für alle geeignet, Anfänger sowie Fortgeschrittene sind herzlich willkommen.

#### Kursleiterinnen:

**Karin van Santen:** Karin hat ihre Yogalehrerausbildung, Yoga Nidra sowie Klangreise im Jahr 2022 in Mexiko absolviert. Sie hat sich auf die Themen Achtsamkeit, Tiefenentspannung sowie Meditation spezialisiert.

**Claudia Boller:** Claudia ist eine erfahrene Yogini und hat ihre Ausbildung zur Yogalehrerin im April 2023 abgeschlossen. Ihr Yoga ist geprägt von Achtsamkeit, Spass und Genuss.

#### Kosten:

Die Yogasession und Klangeise inklusive eines reichhaltigen Brunchs kostet **CHF 65.00**. Es kann per Twint oder Bargeld vor Ort bezahlt werden.

Die Anmeldung ist verbindlich und muss **bis spätestens 5. Oktober 2023** via E-Mail, WhatsApp, Telefon oder auf der Homepage erfolgen. Die Platzanzahl ist beschränkt mit 10 Personen.

Mehr Infos findet ihr unter: <https://www.culture-time.ch/yoga/>

Wir freuen uns auf euch. Namasté, Claudia und Karin

Culture Time  
Claudia Boller  
Wylandstrasse 26  
8400 Winterthur  
claudia.boller@gmx.ch  
Tel. +41 79 772 38 05

[www.culture-time.ch](http://www.culture-time.ch)



[ABMELDEN](#) | [FEEDBACK GEBEN](#) | [KONTAKT](#)