



VINYASA YOGA

MIT JULIA BRENNER, dipl. Yogalehrerin

19. Dezember 2025 - 3. April 2026

Vital in den Tag starten mit Yoga am Morgen!

Es erwartet Sie eine tiefgehende Yogapraxis im fliessenden Vinyasa Stil. Unter Anleitung erleben Sie sich in der Bewegung, Meditation und Atemarbeit zu verschiedenen Themen. Damit nähren Sie sich für Ihren Tag, geniessen Sie diese Zeit für sich selbst.

Wann: Freitags, 8.00 - ca. 9.15 Uhr

Treffpunkt: Seminarbereich l'Inspiraziun in der Chesa Sarita

Kosten: CHF 30 pro Person

Anmeldung: **Bis 17.00 Uhr am Vortag erforderlich.**
Durchführung ab 4 bis maximal 10 Personen.

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG UNTER

+41 81 838 47 47 | INFO@MARGNA.CH