



# Yoga Einführungsmorgen

Kostenloser **Einführungsmorgen** in ein achtsames und gesundes Üben von Körper-, Atem-, und Meditationsübungen durch die Methode Viniyoga.

Wann: Samstag, 23. März und 9. November 2024  
Zeit: 10.00 – 11.30 Uhr  
Leitung: Marianne Lutz, Komplementär Therapeutin OdA KT in  
Methode Yogatherapie; Yogalehrerin YCH  
Ort: Brändistrasse 18 Süd, Horw

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ich freue mich, Fragen zu ihrem Gesund-Sein beantworten zu dürfen.