



Finde Ruhe und Kraft in fließenden Bewegungen. Unser Yogakurs verbindet Entspannung mit sanfter Kräftigung. **Tauche bei 6 Trainings in eine wohltuende Praxis, die Stress reduziert und neue Energie schenkt.**
Für alle Niveaus geeignet.

Wann: Dienstags, 18:30- 19:45 Uhr
Zeitraum: 17.02. - 24.03.2026
Treffpunkt: Aula Hindelbank
Leitung: Olivia Gobeli (Ayurveda Bern)
Preis: CHF 40 Aktivmitglieder / CHF 60 Passiv, Gönner / CHF 90 nicht TVH-Mitglieder
Mitnehmen: Yoga-Matte