



Spezial Event Herbst

Bewegen im Fluss der Jahreszeiten

Bewegungen im Fluss der Jahreszeiten!
Bewegen und entspannen im Fluss der Jahreszeiten! Übungen, die zur Jahreszeit passen, bringen den Rhythmus der Natur zurück ins Leben, geben Energie und Kraft. Jede Jahreszeit hat ihr eigenes Thema, und so wandeln sich auch die Übungen mit dem Lauf der Sonne. Wir lassen uns leichter von einer Jahreszeit in die nächste gleiten und bereiten das Immunsystem auf den Wechsel vor.

Freitag, 23. September 2022

18.00-21.00 Uhr

Anschliessend gemütliches Beisammensein mit kleinem Imbiss.

Preis CHF 25.00

Mitbringen: eigene Matte, Decke und bequeme Kleidung

Ort:

Bewegungsraum, Gstaadstrasse 72, Saanen

Info & Anmeldung:

Sandra Grundisch 079 671 52 85

Barbara Wyssmüller 079 414 12 53

Anmeldeschluss: 21. September 2022 (findet ab 10T statt)

Raum für ganzheitliche und zeitgenössische Bewegung

Bewegungsraum Saanen . Gstaadstrasse 72, 3792 Saanen . Telefon +41 79 671 52 85
info@bewegungsraum-saanen.ch . www.bewegungsraum-saanen.ch