

Yoga für Männer in Schliern bei Köniz

21. Januar 2019, 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr

Ab Januar 2019 in Schliern: Yoga-Training für Männer.

Stärker, flexibler, entspannter

Es ist schon lange kein Geheimnis mehr, dass heute auch Top-Sportler die Vorzüge von Yoga und mentalem Training nutzen. Diese speziell auf den männlichen Körper ausgerichtete Yogastunde richtet sich an Männer, die einen Ausgleich zum Berufsalltag und/oder eine Ergänzung zu sportlichen Herausforderungen suchen.

Das Training ist offen für alle an Yoga interessierten Männer. Kenntnisse werden keine vorausgesetzt.

Montags, 18.30–19.30 Uhr

Leitung: Barbara Berner, Bewegungspädagogin

Veranstaltungsort

fit und wohl
Schaufelweg 117
3098 Schliern
[Lageplan](#)

Allgemeine Angaben

info@bewegte-berner.ch
<http://www.bewegte-berner.ch>

Organisator

Barbara Berner, Bewegungspädagogin