

# Yoga für Männer in Schliern bei Köniz

---

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

## Das 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](mailto:info@bewegte-berner.ch)  
<http://www.bewegte-berner.ch>

## Organisator

Barbara Berner, Bewegungspädagogin