



# YOGA slow mit Stephanie

Diese 75 – minütige Yogapraxis lässt dich entspannt ins Wochenende starten. Sich selbst neu finden jeweils am Samstagmorgen. Deine Achtsamkeit und Wahrnehmung, dein Atem und die korrekte Ausführung der Asanas rücken in dieser Praxis in den Vordergrund.

Stephanie ist seit Jahren begeisterte Yogini und hat den Weg zur Yogalehrerin gefunden. Yoga wurde zu einer grossen Leidenschaft und diese Begeisterung, diese Freude gibt sie in ihren Yogastunden weiter.

**Daten:** Samstag 8.5., 22.5., 29.5., 19.6., 26.6., 3.7. von 09.00 – 10.15 Uhr

**Lehrerin:** Stephanie Fucile

**Teilnehmerzahl:** max. 4 Teilnehmer im Studio (bis auf weiteres)

**Kosten:** YOGASU Abo oder Einzelteilnahme CHF 27.—

**Anmeldung an:** [info@yogasu.ch](mailto:info@yogasu.ch)

[www.yogasu.ch](http://www.yogasu.ch)

