



Schänzlihalde 23

iyengar-  
yoga-  
bern.  
ch

# Herbstferien 2021

## 5 - T A G E - M O R G E N K U R S

mit Brigitte Bögli

11. – 15. Oktober 2021  
jeweils von 08.30 – 11.30 Uhr

Dieser Kurs eignet sich für Yogaschülerinnen und -schüler, welche bereits nach der Iyengar-Methode üben und ihre Kenntnisse in dieser komplexen Yogatechnik vertiefen möchten.

- **Kursort** iyengar-yoga-bern, Schänzlihalde 23, 3013 Bern
- **Kosten** CHF 220.-- für 5 Tage  
Kursgeld bitte am 1. Kursmorgen in bar bezahlen.  
**Teilnahme einzelner Tage je nach dem möglich** - bitte vorher anfragen
- **Anmeldung** erfolgt schriftlich und ist verbindlich
- **Abmeldung** **Mindestens 24 Stunden vorher!**  
**Bei Fernbleiben ohne vorherige Abmeldung wird der gesamte Betrag für die gebuchten Kurstage in Rechnung gestellt.**
- **Auskunft** Brigitte Bögli, Tel: 078 681 43 24 / E-Mail: [brigitte.boegli@bluewin.ch](mailto:brigitte.boegli@bluewin.ch)
- **Wichtig** Asanas und Pranayama sollten mit leerem Magen geübt werden. Ein leichtes Frühstück kann bis zu 60 Minuten vor Kursbeginn eingenommen werden. Ein Getränk vor dem Yogaüben schadet jedoch nicht.

✂

### ANMELDE TALON

Bitte bis spätestens Freitag, 24.09.2021 online anmelden unter  
[www.iyengar-yoga-bern.ch/aktuelles](http://www.iyengar-yoga-bern.ch/aktuelles)  
oder abgeben/senden an Brigitte Bögli, Mezenerweg 3, 3013 Bern

- Ich melde mich zum 5-Tage-Morgenkurs vom 11. – 15. Oktober 2021 an  
 Ich möchte nur an folgenden Tagen teilnehmen: .....

**NAME+VORNAME**.....**TEL**.....

**STRASSE+PLZ+ORT**.....**E-MAIL**.....

**ORT+DATUM**.....**UNTERSCHRIFT**.....