

# Vinyasa flow Yoga

mit Nicole Ohme  
im November 2011

Dienstag	22. November	20.00 Uhr
Mittwoch	23. November	20.00 Uhr
Donnerstag	24. November	08.30 und 19.15 Uhr

Einzellektion für Step in Mitglieder CHF 10.–  
Nichtmitglieder CHF 25.–



**Yoga-Workshop**  
Samstag 26. November  
09.00 bis 12.00 Uhr  
Von der Atmung über intensiven  
Flow zur Regeneration  
und Entspannung.  
Kurskosten CHF 90.–

**Auskunft und Anmeldung: step in aerobics and dance**

Rathausplatz 7 , 9442 Berneck, Telefon +41 (0)79 234 83 72, info@step-in.ch, www.step-in.ch

