

Yoga am See Sommer 2021



Wer es mag, den Sonnengruss für einmal nicht zu Hause, sondern am Morgen auf einer saftig grünen Wiese zu üben, dem Zwitschern der Vögel zu lauschen, Frischluft zu schnuppern, - der ist hier genau richtig!

Was: Yoga in der Natur
Wo: Am See, Badi Pfäffikon SZ
Wann: Freitags, 8.45 – 10h
Start: Ab 21. Mai 2021
Voraussetzung: Stabile Gesundheit
Yoga Erfahrung von Vorteil
Selbstverantwortung
Offenheit & Rücksichtnahme



Leitung: Personaltraining Dodo Stehlo (Yoga, Pilates, Fitness, Schmerztherapie, Hypnose i.A.)

Durchführung: Findet nur bei schönem Wetter statt.
Info auf www.personaltraining-ds.ch/aktuell ab Vorabend 18h.
Bei schlechtem Wetter findet Yoga von 9.45-11h via Zoom statt.

Anfahrt: Idealerweise mit dem Fahrrad

Anmeldung. Es braucht keine Anmeldung, - einfach kommen.

Mitbringen: Eigene Yoga-Matte, Sitzkissen oder gerolltes Badetuch, wer hat Yogablöcke und andere Hilfsmittel, wenn nötig Wärmeschutz.

Kosten: Die Lektion findet auf Spendebasis statt. Fr. 12.- bis Fr. 25.- je nach Möglichkeiten. Es darf auch mehr oder weniger sein. Bezahlung bitte im Voraus auf:

Raiffeisenbank Rapperswil-Jona, Doris Stehlo, Ahornweg 4, 8134 Adliswil, CH63 8080 8008 1617 0458 5, Kontonr. 90-5525-2, oder via Twint auf 079 349 30 36.

Abstand: Auch im Outdoor Yoga müssen die Abstände von 1.5 Meter eingehalten werden.

Bemerkung: Wir sind auf öffentlichem Grund, somit gegenseitige Rücksichtnahme mit anderen Personen am See.



Ich freue mich sehr Euch wieder zu treffen!

Herzliche Grüsse Dodo