



[www.gute-wirkung.ch](http://www.gute-wirkung.ch)

# Gesundheitsförderung mit Yoga

## Kursangebot

Yoga-Kurse in Dübendorf

Montag

09.30 – 11.00 Uhr

Hatha Yoga

Donnerstag

09.30 – 11.00 Uhr

Hatha Yoga

## Wo

Namaste Yoga  
Neugutstrasse 88  
8600 Dübendorf

## Preise

Probelektion

Gratis

1 Quartal

Fr. 390.–

Privat-Yoga

Auf Anfrage

Einstieg jederzeit möglich

Unterricht des klassischen Hatha-Yoga in der Tradition von Paramapadma Dhiranandaji aus Indien. Dieser zeichnet sich durch meditatives Üben eher sanfter Stellungen aus.

**«Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts»**

Marianne Rufer | Telefon 044 822 39 31 | Mobil 076 573 39 31  
m.rufer@sunrise.ch | [www.gute-wirkung.ch](http://www.gute-wirkung.ch)

