



YOGA-SCHNUPPERSTUNDE

An diesem Tag werden auf der ganzen Welt viele Menschen Yoga praktizieren und du kannst an diesem feierlichen Ereignis teilhaben.

YOGA MANDIRA feiert den Weltyogatag und öffnet seine Türen, um Meditation und Yoga auf Spendenbasis zu entdecken. Der gesamte Erlös geht an das Projekt «Hilfe für Witwen in Indien – www.widowsofindia.de»

PROGRAMM

12.00-12.30 Uhr - *Meditation für den Frieden*

18.00-19.30 Uhr - *Yogastunde zum Thema «Herz Chakra»*. Spüre die besondere Energie in deinem Herzen, wenn tausende von Menschen sich in Frieden durch Yoga verbinden.

Yoga Mandira, Metzggasse 18, 8400 Winterthur – www.yoga-mandira.ch

Yoga Schweiz lädt unabhängig vom Ort zur **15-Minuten-Meditation um 12 Uhr** ein. Alle können mitmachen. Wir freuen uns über Ihre Teilnahme.

Das ist eine Initiative von:

Yoga Schweiz | Aarberggasse 21 | 3011 Bern | info@yoga.ch | www.yoga.ch