

# YOGA

Tag der offenen Tür

5./6.Mai 2007



Rita E. Fecker  
Ferrenmatt 24, 6283 Baldegg  
041/910 46 66  
yogarita@bluewin.ch  
www.yogarita.ch

# Yoga

## Tag der offenen Türe

*raum...*, Hauptstr. 35, Hochdorf

Samstag 5. Mai 2007

- 10h Kinderyoga  
Demonstration
- 11h „Die sieben Farben in den Augen  
der Kinder“  
Referat von Maurizio Bacciocchi
- 13h Yoga in der Schwangerschaft  
Referat
- 14h Babymassage  
Referat und Demonstration
- 15h Yoga zur Rückbildung/Baby yoga  
Demonstration
- 16h Hatha Yoga/ Yoga Nidra  
Einführung ins klassische Yoga,  
Yogalektion zum Mitmachen

*raum...*

sich raum geben

Sonntag 6. Mai 2007

- 10h Babymassage  
Referat und Demonstration
- 11h „ Gestaltung des Kinderzimmers  
mit Farbe“  
Referat von Maurizio Bacciocchi
- 13h Yoga in der Schwangerschaft  
Referat
- 14h Yoga zur Rückbildung/Baby yoga  
Demonstration
- 15h Babymassage  
Referat und Demonstration
- 16h Yoga Nidra  
Einführung in die Tiefenentspannungs-  
technik. Yoga Nidra-Übung zum Mit-  
machen.

*yoga...*

bewegen und entspannen

sich wahrnehmen

sich begegnen

Gesunder Körper , Klarheit in Gedanken und Gefühlen, Innere Zufriedenheit mit YOGA.  
An diesem Wochenende öffne ich die Türen meines Yogaraumes. Ich freue mich, wenn  
Sie hereinschauen und mein Angebot kennen lernen.