

## «Yoga und Singen im Advent» mit Muriel Zemp und Heidi Arnet

Wann: Samstag, 7. Dezember 2024  
10.00 – 17.00 Uhr

Wo: enjoyoga, Schnydermatt 9, 6210 Sursee

Kosten: Fr. 140.- inkl. Verköstigung

Mitbringen: Bequeme Kleidung

Kursinhalte: - die Verbindung von Atem, Bewegung und Gesang erfahren  
- Verbindung von Asanas und Tönen/Singen  
- Wir singen besinnliche und weihnächtliche Lieder aus aller Welt

Es sind keine Vorkenntnisse im Yoga oder Singen erforderlich!

Weiter Infos und Anmeldung unter [heidi-moon@bluewin.ch](mailto:heidi-moon@bluewin.ch) oder [zemp\\_muriel@bluewin.ch](mailto:zemp_muriel@bluewin.ch)

