

Das Ende  
der Anstrengung



Der Beginn  
der Leichtigkeit

## Hsin Tao® Bewegungsgruppe Bern

Für die Teilnehmer der Hsin Tao® Seminare bieten wir erstmals Bewegungs-Abende in Bern an, bei denen die Original Hsin Tao® Bewegungen Schritt für Schritt wiederholt werden. Es gibt die Gelegenheit Unsicherheiten und Fragen zu klären und Erfahrungen auszutauschen.

Gemeinsames Bewegen macht Spass und stärkt die Motivation, auch wenn Sie nach einer längeren Pause wieder einsteigen möchten, sind Sie herzlich willkommen.

### Mit Hsin Tao® Lehrer, Christian Flütsch:

- Termine:** jeweils 17:15 – 19:15 Uhr  
Freitag 26. Januar 2018  
Freitag 16. Februar 2018  
Freitag 16. März 2018  
Freitag 20. April 2018  
Freitag 01. Juni 2018  
Freitag 29. Juni 2018
- Ort:** KY Yoga – DAS Yogastudio am Eigerplatz  
Eigerstrasse 15, 3007 Bern
- Anfahrtsplan:** Mit dem Auto bis Bern, Eigerplatz; gebührenpflichtige Parkplätze in der Umgebung vorhanden  
  
Mit der Buslinie Nr. 10 oder dem Tram Nr. 3 ab Bahnhof Bern bis zur Haltestelle Eigerplatz, oder mit dem Tram Nr. 9 bis Sulgenau.
- Anmeldung:** **Da die Anzahl der Plätze beschränkt ist, melden Sie sich bitte über [fluetschris@gmail.com](mailto:fluetschris@gmail.com) an.**
- Mitnehmen:** Persönliches Material  
Matten, Decken, Sitzkissen und Stühle sind vorhanden
- Unkostenbeitrag:** CHF 5.-