



WORLD YOGA DAY 2012

**Sonntag, 26. Februar 2012, 11-13 Uhr
Hatha Yoga und Vinyasa Flow Yoga (all levels)**

Weltweit wird am 26. Februar 2012 Yoga praktiziert. Auch **Yoga be present (Yrene Bühler)** lädt dich herzlich ein, an diesem Tag deine Yoga-Matte auszurollen und Yoga zu praktizieren. Im Vinyasa Flow Yoga wechseln wir fließend von einer Yogastellung in die nächste. Die einzelnen Yogapositionen werden mit der Atmung koordiniert und kurze oder längere Zeit gehalten.

Der Erlös dieser 2-stündigen Yoga-Praxis geht vollumfänglich an den Verein Aktion Demenz, Haus „Herbschtytlos“ in CH - 6216 Mauensee / LU.

Im Haus „Herbschtytlos“ finden demenzkranke Gäste ein liebevolles, kreatives und familiäres Angebot für Tages- oder Ferienaufenthalte. Der Verein Aktion Demenz bietet die Betreuung zu einem reduzierten Ansatz an. Die Ermässigung wird ausschliesslich über Spenden finanziert. Für weitere Informationen siehe Verein Aktion Demenz: www.aktiondemenz.ch

Fühlst du dich angesprochen, dann bist du herzlich eingeladen, etwas Gutes für dich und andere zu tun.

Wann: Sonntag, 26. Februar 2012, 11-13 Uhr. Türöffnung ab 10.30 Uhr.

Wo: in den Räumen der evangelisch-reformierten Kirchgemeinde
8135 Langnau am Albis, Grundstrasse 3
Eingang vis à vis Migros, Langnau am Albis

Parkplätze: in unmittelbarer Nähe

Leitung: Yrene Bühler, dipl. Yogalehrerin BYV, www.yoga-bepresent.ch

Mitbringen: eigene Yogamatte und Woldecke;
wenn du keine eigene Yogamatte hast, gib mir baldmöglichst Bescheid, damit ich dir eine Matte organisieren kann.

Kosten: auf Spendenbasis

Erlös: geht vollumfänglich an Verein Aktion Demenz.

Anmeldung: Yrene Bühler, Tel. 044 720 36 54, mail@yoga-bepresent.ch