



## Bimano Workshop

### «Bouldere meets Yoga»

Montag, 8. Mai 2023  
18.00 Uhr - 19.30 Uhr

Kosten:

43 Fr. (inkl. Eintritt,  
Schuhe), reduzierte Preise  
für «Studis & Abo»

Kursleitung:

Linda (Yoga) & Raimonda  
(Bouldern)

Anmeldung & Twint

079 548 63 21 (Raimonda)

### Ablauf

- Warm up - Yoga für  
Kraft &  
Beweglichkeit
- Boulder - Crashkurs
- Entspannungs - Yoga

Alle willkommen,  
Keine Vorkenntnisse  
nötig! ;-)

