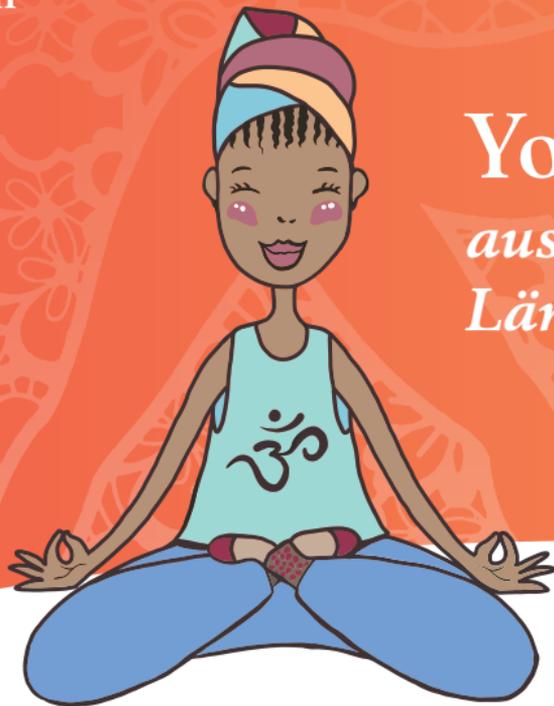


[beweg-grund.ch/yoga](http://beweg-grund.ch/yoga)  
[akin-sg.ch](http://akin-sg.ch)



# Yoga für Frauen

*aus verschiedenen  
Ländern und Kulturen*

**KIN**  
AKTION INTEGRATION

Jeden Freitag Morgen von 10 – 11 Uhr im Zentrum von St. Gallen

# Yoga stärkt deinen Körper und Geist.

Durch sanftes Kräftigen und Dehnen zu einem besseren Körperbewusstsein.

Förderung des inneren und äusseren Gleichgewichts.

**Die Kosten für Geflüchtete werden übernommen.  
Alle anderen sind gegen eine Spende – je nach Möglichkeit –  
herzlich willkommen. Unterrichtssprache ist hochdeutsch.**

**Wann und wo:** Jeden Freitag zwischen 10–11 Uhr · Vadianstrasse 24 · St.Gallen

**Kursleitung:** Brigitte Knöpfel · Bewegungspädagogin Level II BGB

**Anmeldung:** [brigitte@beweg-grund.ch](mailto:brigitte@beweg-grund.ch) · 078 644 31 39 · [beweg-grund.ch/yoga](http://beweg-grund.ch/yoga)