

# YOGA FÜR MÄNNER

A photograph of a man's arm and hand reaching upwards, set against a solid red background. The hand is open with fingers slightly spread, and the arm is straight. The lighting highlights the muscles of the arm and the texture of the skin. The man's head is visible at the bottom right, looking upwards.

CHRISTOPH LAUENER  
eagle-motion

im DAKINI YOGA RAUM  
[www.eagle-motion.ch](http://www.eagle-motion.ch)

HORIZONTE  
ÖFFNEN

# YOGA FÜR MÄNNER



## HORIZONTE ÖFFNEN

Yoga unterstützt die Konzentration und Fitness in Sport & Beruf. Der Wettbewerb entfällt, Beweglichkeit für Körper und Geist resultiert. Achtsamkeit, Kraft und Klarheit für Männer, die aktiv den Horizonten des Lebens begeben.

### NIDAU YOGA FÜR MÄNNER

DI 20:00 – 21:15 UHR

MI 20:00 – 21:15 UHR

DO 17:15 – 18:30 UHR

ORT, DAKINI YOGA RAUM  
EGLIWEG 10  
CH-2560 NIDAU

#### Christoph Lauener

Hat langjährige Erfahrung als Tänzer, Bewegungspädagoge, Yogalehrer und Bodyworker (Esalen-Massage). Mit HEART OF YOGA unterrichtet er einen authentischen Yoga: wertfrei, fließend, natürlich und nicht übertrieben. Der Kurs eignet sich für Männer unabhängig von Alter, Vorkenntnissen oder körperlicher Fitness.

#### Anfragen

eagle-motion yoga & dance  
Christoph Lauener  
Egliweg 10 CH-2560 Nidau  
Switzerland

Phone +41 (0) ew  
info@eagle-motion.ch  
www.eagle-motion.ch

Links: [www.dakini-dance.ch](http://www.dakini-dance.ch)  
[www.heartofyoga.com](http://www.heartofyoga.com)