Wohltuend
Mittagsyoga inmitten von Büchern

Die Mittagszeit dient dem Auftanken und Kraft sammeln. Die Yogalehrerin Ingrid Zimmermann hilft uns dabei. Eine kostenlose Yogalektion der besonderen Art in Alltagskleidung und ohne Matten. Gut für Körper und Geist.

4. / 18.
April

2.
Mai

12.15 – 12.45 Uhr

Foyer, Mediathek Wallis – Brig

Kleidung: Keine Sportbekleidung nötig

Anmeldung empfohlen:
mw-brig-kulturvermittlung@admin.vs.ch

Hungrig nach dem Yoga? Dienstags ist SuKu-Tag im café weri!

www.mediathek.ch

3 GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN
Diese Bibliothek unterstützt die Nachhaltigkeitsziele

MEDIATHEQUE
MEDIATHEK
valais brig wallis