

[View this email in your browser](#)



BETHSABÉ
body • mind • soul



Aufbruch wagen

Was hindert Dich, den Aufbruch heute zu wagen
und Deinem Leben
eine neue Richtung zu geben?

Was hindert Dich,
dem Ruf Deiner inneren Bilder zu folgen
und endlich zu leben,
was schon so lange in Dir träumt?

Mache Dich auf,
und Dir werden die notwendigen Kräfte zuströmen,
um zu werden,
wer Du bist.

Christa Spilling-Nöker

Vielleicht wagst auch Du
den Aufbruch im 2023 und
beginnst mit Yoga, einem Achtsamkeitskurs,
Craniosacraltherapie oder kommst mit uns in ein Retreat...

Mit Wissen, Herz und Erfahrung
unterstützen wir Dich sehr gerne!



Möchtest Du einen powervollen Start ins neue Jahr?

Aufgrund der grossen Nachfrage bietet Tatiana einen
zweiten Visionboard Workshop
am Samstag 21.1.2023
an.

Hier gehts zur [Anmeldung](#)



Die Aufzeichnung des Live-Trainings
mit Tatiana

"Von Selbstkritik zu Freundschaft mit sich selbst"

ist ab sofort
auf [Anfrage](#) erhältlich.



**Kinderyoga-Kurs
mit Ardonia**

mittwochs von 15.45-16.30 Uhr
ab 11. Januar 2023
Kinder von 4-9 Jahre
Anfragen und Anmeldung unter

ardoniaiam@gmail.com



Änderung im neuen Jahr

Ab 2023 verlängern wir Dir Dein Yoga 10er-Abo
von 4 auf 6 Monate,
werden jedoch die Schule neu während den Schulferien schliessen
(ausgenommen 1. und 6. Sommerferien-Woche).
Komm und schau Dir alle Neuerungen an unter
www.bethsabe.ch

Wir wünschen Dir friedvolle Weihnachtstage
und einen fröhlichen Abschluss des Jahres.
Für das kommende Jahr viel Freude, Erfüllung und Leichtigkeit!

Dein Bethsabé-Team
Body, Mind & Soul



BETHSABÉ

body • mind • soul

Copyright © 2022 Bethsabé GmbH, All rights reserved.
Baslerstrasse 8, 4103 Bottmingen
www.bethsabe.ch

Our mailing address is:
kontakt@bethsabe.ch

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

This email was sent to <<Email Address>>
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)
Bethsabe Yoga GmbH · Baslerstrasse 8 · Bottmingen 4103 · Switzerland

