

[View this email in your browser](#)



BETHSABÉ
body • mind • soul



**DER HERBST IST
EIN ZWEITER
FRÜHLING, WO JEDES
BLATT ZUR BLÜTE
WIRD.**

Namasté und willkommen im Herbst

Vielleicht möchtest Du im Herbst etwas Neues ausprobieren und es spricht Dich

etwas von unserem vielfältigen Angebot zum Thema Body-Mind-Soul an?

Kinderyoga, Craniosacrale Therapie, Achtsamkeitskurse zur Stressreduktion oder für mehr Selbstmitgefühl, Ayurveda-Retreat in Mariastein...

[Hier findest du ausserdem unseren Herbstferienstundenplan](#)



Möchtest Du Deine Batterien aufladen?
Dann bist Du richtig im

[Ayurveda & Yoga-Retreat in Mariastein](#)

vom 4.-10 Dezember 2022

Hier gehts zur [Anmeldung!](#)



Endlich dürfen wir Dir wieder das **Kinderyoga** für unsere Kleinsten zwischen 4-9 Jahren anbieten und zwar mit der wunderbaren Ardonia
Jeweils donnerstags von 16-16.45h
ab 17.10.22

Anmeldung [Kinderyoga mit Ardonia](#)



Möchtest Du ausserdem mit einer **Craniobehandlung** bei Vanessa Dein System etwas zur Ruhe kommen lassen, Leichtigkeit gewinnen und so mehr bei Dir ankommen?

Dann melde Dich für 3 Schnupperstunden à CHF 200.-
bei [Vanessa](#)



Erstelle ein Visionboard fürs 2023 mit Achtsamkeit, Yoga & Reflektionsübungen

[Visionboard Workshop 14. Januar 2023](#)

von 10-16 Uhr inkl. 1h Mittagspause

Die Platzzahl ist beschränkt

Hier gehts zur [Anmeldung!](#)



Neue Achtsamkeitskurse (MBSR- und MSC-Kurse) mit Tatiana
ab 6. Januar 2023

Hier gehts zur [Anmeldung!](#)



Wir wünschen Dir einen goldenen Herbst und danken Dir, dass wir Dich begleiten dürfen!

Herzlich,

Dein Bethsabé Team

PS: Falls Du Interesse an unseren ehemaligen Blöcken oder Gurten hast, gerne einfach bei uns melden!

Wir vergeben sie "first come first served" zu einem günstigen Preis von 10.-

NACHHALTIG GESUND UND IN BALANCE



BETHSABÉ
body • mind • soul

NACHHALTIG GESUND UND IN BALANCE

*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

