

## Quartalsinfo | Oktober - Dezember 2022

Kurs und Ort	Tag & Zeit, Quartals-Daten	Quartalspauschale
<b>Achtsamkeits-Meditation</b> im SoulSpace	<b>Dienstag, 18:30 – 19:30</b> Co-Leitung mit Christa Zaugg Findet durchgehend jede Woche statt.	Dana (Spende)
<b>Yoga Nidra &amp; Meditation</b> im SoulSpace und Online	<b>Dienstag, 20:00 – 21:30</b> 18.10. / 25.10. / 1.11. / 8.11. / 15.11. / 22.11. / 6.12. / 13.12. / 20.12.2022	CHF 225.- (9x 90 Min.)
<b>Hatha Yoga</b> Online (nach Bedarf auch im SoulSpace)	<b>Mittwoch, 09:00 – 10:30</b> 19.10. / 26.10. / 2.11. / 9.11. / 16.11. / 23.11. / 7.12. / 14.12. / 21.12.2022	CHF 225.- (9x 90 Min.)
<b>Hatha Yoga</b> im SoulSpace	<b>Mittwoch, 17:30 – 19:00</b> 19.10. / 26.10. / 2.11. / 16.11. / 23.11. / 7.12. / 14.12. / 21.12.2022	CHF 200.- (8x 90 Min.)
<b>Tag der Stille</b> im SoulSpace	<b>Samstag, 22. Oktober 2022 mit Christa</b> 10:00 – 17:00 Uhr	Dana (Spende)
<b>Tag der Stille</b> im SoulSpace	<b>Sonntag, 6. November 2022 mit Sarah</b> 10:00 – 17:00 Uhr	Dana (Spende)
<b>Meditation für Krebsbetroffene und Nahestehende</b> im SoulSpace	<b>Dienstag, 17:00 – 18:00</b> Co-Leitung mit Christa Zaugg 18. Oktober – 20. Dezember 2022 Infos unter <a href="https://bern.krebsliga.ch/meditation-in-thun">https://bern.krebsliga.ch/meditation-in-thun</a>	Dana (Spende)

Danke für deine Einzahlung der Kursgebühr anfangs des Quartals.

### Kontoangaben:

Sarah Zaugg, 3600 Thun, Alternative Bank Schweiz (ABS)  
IBAN: CH35 0839 0037 6633 1000 5  
Zahlungszweck: Yoga + Name + aktuelles Quartal

Die Kurs-Anmeldung gilt bis auf Widerruf.

Bitte melde mir per Ende Quartal, wenn du das nächste Quartal nicht mehr besuchst.

Für die Online-Teilnahme findest du den Zoom-Link auf der Website.

Weitere Infos zu allen Kursen findest du auf der Website unter [www.soulpace.ch](http://www.soulpace.ch).

Bei Fragen bin ich gerne für dich da.

Schön, bist du dabei!