

## **Senioren-Yoga auf dem Stuhl mit Conny Stucki**

Eine Veranstaltung der vitadoro ag  
mit Wellness-Bernwest, der Alterswohnheim  
Fellerгут AG und der HMS Bern AG.

Am Mittwoch, den **17.08.2022, 15:00 Uhr**  
im grossen Saal der Alterswohnheim Fellerгут AG  
an der Stapfenstrasse 81 in 3018 Bern.

Anmeldungen bis Freitag, den 12.08.2022  
bei Armin Lick 078 845 15 74

**Senioren-Yoga auf dem Stuhl:  
Theorie und Praxis zum «Üebe»  
Anschliessend: Kaffee und Kuchen**

Bei Gelenkschmerzen, Rückenschmerzen,  
Atemproblemen, Immobilität und Darmträgheit  
eignet sich diese Methode hervorragend zur  
Linderung der Beschwerden.

Kommen Sie alleine oder nehmen Sie eine Begleitung mit.  
Wir freuen uns auf Sie.

Dauer ca. eine Stunde, Eintritt frei

031 997 17 77  
[www.vitadoro.ch](http://www.vitadoro.ch)

Ihr Notrufdienst &  
Haushaltsdienst  
in Bern West

Eine Tochtergesellschaft des Vereins für die Betreuung Betagter in Bümpliz

