

Montags während der Vorlesungszeit  
19.30–20.45 Uhr (ausser am 24.11.2025)  
Länggassstrasse 41, 3012 Bern

# YOGA

Meditation,  
Bewegung  
und  
Entspannung

Yoga ist ein wundervolles Instrument, um nach innen zu schauen. In meinen Stunden biete ich eine Mischung aus traditionellem Hatha Yoga und dynamischen Elementen des Vinyasa Yoga an. Du bist herzlich willkommen, jederzeit teilzunehmen. Bitte bequeme Kleidung mitbringen!

Leitung: Nora Jäger,  
Psychologin MSc und  
Yogalehrerin

Infos erhältst du unverbindlich  
unter [nora.jaeger@gmx.ch](mailto:nora.jaeger@gmx.ch)

Für Studierende kostenfrei!