

# Senioren Stunden

Liebe Freunde von **Yoga mit Erika**

Wir erwarten unser zweites Kind . Geplant ist, dass das Baby im Januar 2026 zur Welt kommt. Zum jetzigen Zeitpunkt kann ich keinen genauen Termin nennen, wann ich wieder mit dem Yoga unterrichten starten werde.

Damit ihr auch in der Zwischenzeit weiterhin Yoga üben könnt, hat sich **Esther Maag vom Berghotel Sterna** bereit erklärt, die Yogastunden zu übernehmen. Wenn Esther die Lektion nicht unterrichten kann, hat sich **Christine Hoar** (Yogalehrerin aus den USA mit Feriendomizil in Feldis) bereit erklärt, die Lektionen zu leiten.

An- oder Abmeldungen bitte direkt an die Yogalehrerin:

(*Esther und Christine sind informiert, wer sich jeweils an- oder abmeldet.*)

- **Esther Maag: +41 79 524 65 44**
- **Christine Hoar: +41 78 249 08 88**

Damit ihr einen Überblick habt, wo wann welche Lektion stattfindet, sende ich euch gerne eine Übersicht:

**Senioren-Yoga, montags, 16.00-17.00 Uhr**

Datum	Wer	Wo
22.12.2025	Kein Yoga	Pause
29.12.2025	Esther	Berghotel Sterna
05.01.2026	Esther	Schulhaus
12.01.2026	Christine	Schulhaus
19.01.2026	Christine	Schulhaus
26.01.2026	Christine	Schulhaus
02.02.2026	Christine	Schulhaus
09.02.2026	Esther	Berghotel Sterna
16.02.2026	Esther	Berghotel Sterna
Die weitere Daten folgen zu einem späteren Zeitpunkt.		

Ich hoffe, dass euch diese Angaben helfen und ihr während meiner Babypause weiterhin Yoga üben könnt.

Wenn etwas unklar ist oder ihr Fragen habt, einfach melden

Ganz liebe Grüsse,  
Erika