

Benefiz-Workshop –

Tue etwas Gutes für Dich und für die Kinder in Kambodscha

Möchtest Du Dich für die Wintersaison fit machen und dabei etwas Gutes tun? Wir freuen uns sehr, dass wir mit der hervorragenden Fitnesstrainerin Gabriette de Koster (www.vigorasana.com) einen Workshop anbieten können, um mit dem Erlös unsere Projekte in Kambodscha zu unterstützen.

Samstag, 7. Dezember 2013

13.30 bis 17.30 Uhr

Lokalität: Mehrzweckraum Neuenegg, Austrasse 88, 3176 Neuenegg
(Eingang hinter dem Gebäude, genügend Parkplätze vorhanden)

Programm: Bodytoning / Pilates / Tai Chi / Stretching und Entspannung
Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Bei Fragen zum Training kannst Du Dich direkt an Gabriette wenden (077 44 999 76).

Kosten: CHF 120 pro Person (Bitte bar mitbringen. Da Eyes Open steuerbefreit ist, erhältst Du eine Quittung und kannst diesen Betrag als Spende in Deiner Steuererklärung abziehen.)

Mitnehmen: Mätteli und Handtuch. **Für Getränke und Zwischenverpflegung ist gesorgt.**

Melde Dich noch heute an: contact@eyes-open.org oder 079 256 07 05 (Claudia Komminoth)

Wir freuen uns auf Dich!



Anfahrt

Öffentlicher Verkehr

Bahnhof/Haltestelle	Datum	Zeit	Gleis	Reise mit	Belegung	Bemerkungen
Bern	Sa, 07.12.13	ab 12:50	1			S-Bahn 2 Richtung: Laupen
Thörishaus Dorf		an 13:03	1	S2 15246		
Thörishaus Dorf						2 Min., Y
Thörishaus, Dorf				Fussweg		
Thörishaus, Dorf		ab 13:06				Bus Richtung: Neuenegg, Louelemoos
Neuenegg, Flamingo		an 13:11		BUS13023		

Dauer: 0:21; fährt 9. Nov bis 14. Dez 2013 Mo - Sa

Knapp 200m in Fahrtrichtung weiterlaufen, auf der linken Seite ist der Mehrzweckraum gut ersichtlich.

Auto

Autobahn A12 Bern Richtung Fribourg, Ausfahrt Flamatt, Richtung Neuenegg. Nach der Ortseinfahrt Neuenegg noch 600m, auf der linken Seite befindet sich der Mehrzweckraum mit Parkplätzen.