



**FRAGILE ZÜRICH**

Für Menschen mit Hirnverletzung  
und ihre Angehörigen

## Yoga

Körper und Geist entspannen in Zürich



Kurs am Freitag

Daten 1. Periode

Von Januar bis April 2026

### Daten

2. Januar	fällt aus, Feiertag
9. Januar	fällt aus, Ausbildung
16. Januar	
23. Januar	
30. Januar	
6. Februar	
13. Februar	fällt aus, Ausbildung
20. Februar	
27. Februar	
6. März	
13. März	fällt aus, Ausbildung
20. März	
27. März	
3. April	fällt aus, Karfreitag
10. April	
17. April	
24. April	

### Zeit

09.45 – 11.15 Uhr

### Ort

**the yoga place**, Turbinenstrasse 40, 8005 Zürich

### Kosten

Fr. 18.- pro Anlass

12 Anlässe à Fr. 18.00 = **Total Fr. 216.00** für Mitglieder



# FRAGILE ZÜRICH

Für Menschen mit Hirnverletzung  
und ihre Angehörigen

## Wichtig

Bitte 15 Minuten vor der Stunde eintreffen. (Nicht früher, da manchmal vorher Privatstunden erteilt werden und dadurch gestört werden)

## Voraussetzungen

Sie sind nicht auf einen Rollstuhl oder einen Rollator angewiesen.

## Zielgruppe

Der Kurs richtet sich an Menschen mit einer Hirnverletzung. Die Stunden eignen sich für Yoga Anfänger:innen und Fortgeschrittene.

## Leitung

Tanja Lenger Mascarenhas, dipl. Yogalehrerin, Yogatherapeutin

## Anmeldung

FRAGILE Zürich, Alderstrasse 40, 8008 Zürich

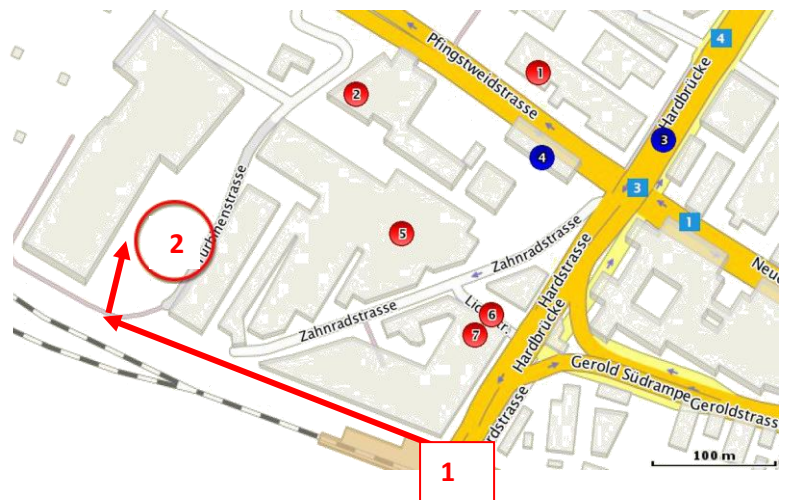
044 262 61 13; [zuerich@fragile.ch](mailto:zuerich@fragile.ch), [www.fragile-zh.ch](http://www.fragile-zh.ch)

## Anreise

Mit der S-Bahn bis Hardbrücke

**1.** Am **roten Pfeil** entlang gehen auf dem roten Weg neben dem Gleis. Nach dem grossen, gelben Backsteinhaus

**2.** rechts abbiegen und bis zu Haus Nr. 40 laufen, das sich auf der linken Seite befindet.



Richtung Hardbrücke

Richtung Hauptbahnhof

### Annulationsbedingungen:

Sie sind für die aufgeführten Kursdaten angemeldet. Der Kurs läuft danach weiter und Sie nehmen weiterhin teil, ausser Sie melden sich auf Ende Periode ab.

Abmeldung bis 1 Monat vor Kursbeginn: Sie erhalten den vollen Kursbeitrag zurück. Bis 30 – 15 Tage vor der Veranstaltung: Sie erhalten 50 % der Kosten zurück. Ab 14 Tagen vor der Veranstaltung: Eine Rückerstattung ist leider nicht mehr möglich.

Wenn Sie aus gesundheitlichen Gründen dem Kurs fernbleiben: schicken Sie uns bitte ein Arzt-Zeugnis. Sie bekommen eine Gutschrift für den nächsten Kurs. Wenn Sie dem Kurs aus anderen Gründen fernbleiben, erhalten Sie kein Geld zurück. Wenn Sie Kurs-Stunden nicht besuchen, erhalten Sie kein Geld zurück.

**Bitte melden Sie sich so früh wie möglich ab, wenn Ihnen der Kursbesuch nicht möglich ist.**

Kursteilnehmer:innen sind für eine ausreichende Versicherungsdeckung selbst verantwortlich.