

Yoga für Menschen mit Multipler Sklerose

msyoga ist eine schweizweite Initiative von Biogen-Dompé mit dem Ziel, die körperliche Beweglichkeit von Betroffenen zu verbessern. Einzelne spezifische Yogaübungen sind von Fachpersonen ausgewählt und zu einem zweiteiligen Trainingsprogramm zusammengestellt worden. Wer mit msyoga starten möchte, kann ab sofort die DVD mit allen Übungen bestellen, die übrigens von Claudia Lässer vorgezeigt werden – sie engagiert sich als Botschafterin für das Projekt. Ab Februar sind zudem regionale msyoga-Schnupperstunden geplant.

Bestellen Sie die DVD für CHF 25.00 unter **044 227 11 36** oder order@msyoga.ch. Bei der MS-Gesellschaft und Ihrem Neurologen gibt's diese kostenlos (Versand nicht möglich).

Weitere Infos auf www.msyoga.ch.

Das Projekt wird unterstützt von



Schweizerische
Multiple Sklerose
Gesellschaft

