


Ab dem 2. Februar 2026

A photograph of a yoga class in progress. In the foreground, a woman with brown hair tied back in a ponytail, wearing a blue tank top, is in a cobra pose, looking forward with a focused expression. Behind her, several other participants, including a woman in a white shirt and a man in a light blue shirt, are also in the same pose. They are on dark yoga mats on a light-colored wooden floor. The background is a plain, light-colored wall.

YOGA FÜR MENSCHEN MIT PSYCHISCHEN HERAUSFORDERUNGEN

***GANZHEITLICHES TRAINING ZUR KRÄFTIGUNG DES KÖRPERS
UND ENTSPANNUNG DES GEISTES***

Bist du interessiert?
Dann komm vorbei und besuche
kostenlos ein Schnuppertraining!

**WÖCHENTLICH AM MONTAG
VON 18:00 BIS 19:30 UHR**

**ORT: GYMNASTIKRAUM DER
TAGESKLINIK MILITÄRSTRASSE
EINGANG VOM INNENHOF**

(MILITÄRSTRASSE 8, 8021 ZÜRICH)

**In Zusammenarbeit
mit der Tagesklinik
Militärstrasse**

Plusport 

**Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera**

NEU - YOGA IN ZÜRICH

GANZHEITLICHES TRAINING ZUR KRÄFTIGUNG DES KÖRPERS UND ENTSPANNUNG DES GEISTES

Die Yoga-Gruppe steht allen Personen offen, ob mit oder ohne psychischer Beeinträchtigung.

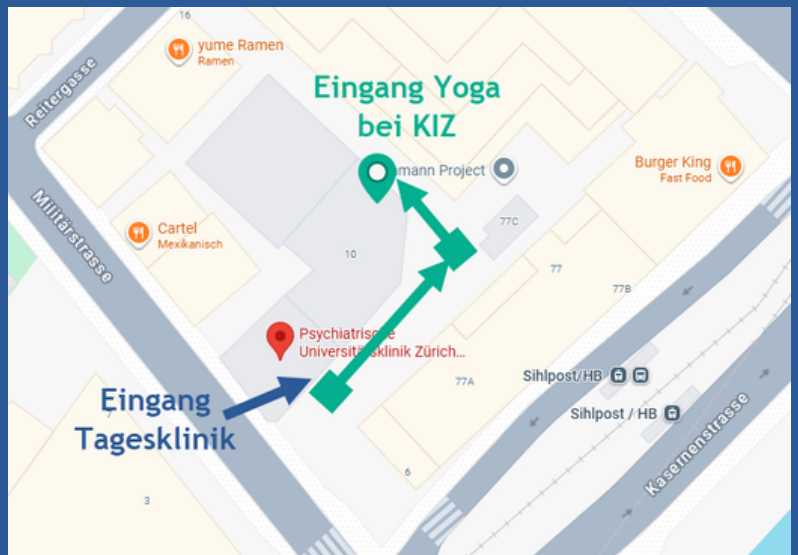
Ort:

Gymnastik-Raum der
Tagesklinik Militärstrasse

(Eingang vom Innenhof,
Militärstrasse 8, 8021 Zürich)

Wochentag und Zeit:

Montags
von 18:00 bis 19:30 Uhr



Kosten:

Bis zu vier Probetrainings **kostenlos**
Danach: **CHF 60.- pro Jahr**

Für Mitglieder von PluSport Schweiz
oder von lokalen PluSport Vereinen
ist das Angebot kostenlos.

MELDE DICH
PER MAIL, SMS
ODER WHATSAPP AN

BITTE MIT VORANMEDUNG

Ab dem 2.
Februar 2026

–
Bitte
Vor anmelden

In Zusammenarbeit
mit der Tagesklinik
Militärstrasse

KONTAKTPERSONEN:

FABIA BACHMANN

TEL.: 077 268 08 03

MAIL: YOGAZH@PSYSPORT.CH

PluSport 
Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera