



Kurse 01.08.2022 bis 31.12.2022

Montag

Yin Yoga in Präsenz
18.30 bis 20.00 Uhr

Mittwoch

Yin & Yang ONLINE
19.00 – 20.30 Uhr

Donnerstag

Yin & Yang in Präsenz
19.00 – 20.30 Uhr

Samstag/Sonntag

Wechselnde
Workshops (1 x mtl.)

Preise

½ Jahresbuchung (Aug. – Dez. 2022)

berücksichtigte kursfreie Tage **siehe Seite 2*

45,- € / mtl.

8

48,- € / mtl.

5

48,- € / mtl.

5

½ Jahresbuchung (Aug. – Dez. 2022)

1 x Präsenz + 1 x Online (2 Kurse pro Woche)

85,- € / mtl.

Yoga - einzelne Kurseinheit (Gruppenunterricht) 17,- €

Yoga - Probestunde (einmalig) 10,- €

Yoga, Meditation und/oder Entspannungskurse in Unternehmen

Art, Umfang und Termine nach Vereinbarung (auch als Bewegungstool auf **Veranstaltungen**)

YOGA individually / **1 : 1 personal training**

90 Min. 150,- €

60 Min. 90,- €

YOGA individually / **2 Teilnehmer*innen**

90 Min. 140,- €

60 Min. 80,- €

YOGA individually / Kleingruppen (**3 – 4 Pers.**)

90 Min. 25,- € /pro Person

60 Min. 20,- € /pro Person

Entspannungskurse individually (Meditation, PMR, Body Scan, Yoga Nidra, ...)

Umfang und Termine nach Vereinbarung



@ yogaayurvedame@gmail.com

☎ 0174 / 974 755 3

☘ Kursfreie Tage 01.08.2022 bis 31.12.2022

Montag, 22. August 2022 bis Dienstag, 30. August 2022

Montag, 19. September 2022 bis Freitag, 30. September 2022

Montag, 03. Oktober 2022 **Tag der Deutschen Einheit**

Montag, 19. Dezember 2022 bis Samstag, 31. Dezember 2022

Kurstermine August bis Dezember 2022:

Montags Yin Yoga in Präsenz

01.08., 08.08., 15.08., 05.09., 12.09.,
10.10., 17.10., 24.10., 31.10., 07.11.,
14.11., 21.11., 28.11., 05.12., 12.12.

Mittwochs Yoga Online

03.08., 10.08., 17.08., 31.08., 07.09., 14.09.,
05.10., 12.10., 19.10., 26.10., 02.11., 09.11.,
16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12.

Donnerstags Yin & Yang in Präsenz

04.08., 11.08., 18.08., 01.09., 08.09., 15.09.,
06.10., 13.10., 20.10., 27.10., 03.11., 10.11.,
17.11., 24.11., 01.12., 08.12., 15.12.