

Mo	Di	Mi	Do	Fr
10:00 Yoga-Präventionskurs (alle Stufen) Susanne	10.00 Anfänger - Mittelstufe TriYoga (Basics-Level 1) Doris		Ab Februar 2012 10:00 Anfänger -Mittelstufe Andrea S.	10:00 Einsteiger und Anfänger mit Erfahrung (Basics) Britta
		NEU ! 17.00 - 18:00 Yoga für Teens Perla		15:00-17:30 Yogaphilosophie (siehe Seminarkalender)
18:00 Fortgeschrittene TriYoga (Level 2) Heilyoga-Rückentherapie* Urvasi	18:00 Anfänger - Mittelstufe TriYoga (Basics-Level 1) Heilyoga-Rückentherapie* Urvasi	18:15 Einsteiger und Anfänger mit Erfahrung klassischer Yoga Sylke	18:00 Anfänger -Mittelstufe TriYoga (Basics-Level 1; Heilyoga-Rückentherapie*) Urvasi	18:30 - 21:30 Workshops/ Ausbildung (siehe Seminarkalender)
20:00 Einsteiger und Anfänger mit Erfahrung TriYoga (Basics) Andrea Th.	20:00 Profis und Yogalehrer Weiterbildung (Level 3) Heilyoga-Rückentherapie * Urvasi	20:00 Anfänger und Mittelstufe TriYoga (Basics - Level 1) Doris	19:50 Anfänger – Mittelstufe Klassischer Yoga Marion	18:30 - 21:30 Workshops/ Ausbildung (siehe Seminarkalender)

*bei Urvasi Leone wird TriYoga mit Heilyoga-Rückentherapie verbunden, da die meisten Menschen mit Rücken- oder Wirbelsäulenbeschwerden kommen. In den HeilYogakursen finden neben dem grundlegenden Thema Rücken-Wirbelsäule abwechselnd folgende therapeutische Themen-Schwerpunkte statt: Yogatherapie Schultergelenk / Ellenbogen; Yogatherapie Handgelenk/ Carpaltunnel; Yogatherapie Hüftgelenk; Yogatherapie Kniegelenk / Beinachsen sowie Yogatherapie Fuß. Es finden alle genannten Themen Eingang in den Heilyogakursen, sofern bei Teilnehmern der Kurse eines der genannten Körpergebiete Beschwerden verursacht.

Kurskosten

- einmalige, unverbindliche Probestunde: 12 Euro bei Urvasi Leones Terminen (Mo, Di, Do), 10 Euro bei allen anderen Lehrerinnen
- Fortlaufender Yogakurs: 60 Euro bei Urvasi Leones Terminen (Mo, Di, Do), 50 Euro bei allen anderen Lehrerinnen
- Einzelteilnahmen in fortlaufenden Kursen 20 bei Urvasi Leones Terminen (Mo, Di, Do - nur nach vorheriger Vereinbarung)