



karunayoga

Liebe Yoginis und Yogis,

die kältere Jahreszeit weicht hoffentlich bald der Wärmeren. Spürst auch DU diesen Neuanfang in Dir? Lass Dich durch Yoga anstecken von der frischen Energie. Jetzt ist es Zeit, mehr Licht, Farbe und Freude in Dein Leben zu bringen. Nach kurzer Osterpause starten wir am **Mittwoch, den 19.4.2023** wieder mit allen Yogaeinheiten. Ab Ende Mai/Anfang Juni biete ich zusätzlich zum bewährten Programm auch Aqua Yoga an.

Bitte um rasche Anmeldung unter **Tel. 0664-7992146** (max. TN 6/Einheit).

Preise:

Yogakurse (alle Stufen) 10 Einheiten zu je 90 min € 140,00
Gesundheitsyoga 10 Einheiten zu je 60 min € 130,00

Meditation, Pranayamas, Face Yoga, Aqua Yoga
Je 5 Einheiten zu 30 min € 38,00

Thai Yoga 1 Einheit (ca. 70 min) nach Vereinbarung € 60,00

Karuna - Pass € 180,00
gültig für 10 Wochen für alle Einheiten nach freier Wahl aus dem Angebot exkl. Thai Yoga.

INSPIRATION FÜR DICH:

„HAPPINESS IS A WAY OF TRAVEL NOT A DESTINATION“

Roy M. Goodman

**Yoga – Wochenplan
19. April 2023 bis Juni 2023**



karunayoga

Montag	08:30h – 10:00h 18:30h – 20:00h	Yoga Anfänger – ASA I Yoga Fortgeschrittene II-ASA FII
Dienstag	08:30h – 09:00h 19:00h – 20:30h	Face Yoga - FYO Yoga Fortgeschrittene I- ASA FI
Mittwoch	08:30h – 09:00h 17:00h – 18:30h 19:00h – 20:30h	Pranayamas - PRA Yoga Anfänger – ASA I Yoga Fortgeschrittene II-ASA FII
Donnerstag	08:30h – 10:00h 18:00h – 18:30h 19:00h – 20:00h	Yoga Fortgeschrittene II-ASA FII Meditation- MED Gesundheitsyoga-GYO
Freitag	09:00h – 09:30h	AquaYoga - AYO ab Ende Mai/Anfang Juni

Legende:

ASA I, ASA FI, ASA FII – ca. 90 min
PRA/MED/FYO/AYO – ca. 30 min
GYO – ca. 60 min

Thai Yoga (Nuad) – ca. 70 min

Gönne DIR ein ganzheitliches Ritual für Körper Geist und Seele. Lasse DICH durch achtsame Berührungen in einen Raum fallen, in welchem DU auf einer tiefen Ebene loslassen darfst – nur nach vorheriger Terminvereinbarung.