

Kursplan I. Trimester 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	Sase ab 27. Februar 9.00 – 10.30 5 x 75 €	Birgit 9.00 – 10.30 11 x 165 €	Birgit 9.00 – 10.30 11 x 165 €		Birgit Pranayama/Meditation 7.15 – 8.15 Online jeden 2. und 4. Samstag Gebühr 10 €
	Birgit 9.00 – 10.30 Online 13,50 €/Einheit			Birgit 9.45 – 11.15 10 x 150 €	
Birgit Yoga sanft 16.15 – 17.30 11 x 138 €				Birgit 17.00 – 18.30 Online 13,50 €/Einheit	Meditation mit Sase 7.30 – 8.00 Uhr Online ab 2. März jeden 1. und 3. Samstag 5 €
Birgit 17.45 – 19.15 11 x 165 €	Sase ab 27. Februar NEU: 17.30 – 19.00 5 x 75 €	Birgit 16.45 – 18.15 11 x 165 €	Andreas 17.30 – 19.00 10 x 150 €	Andreas Grundlagenkurs! 16.00 – 17.30 10 x 150 €	Yoga am Samstag 10.00 – 12.00 20.01./ 10.02. u. 16.03. 24 €
Birgit 19.30 – 21.00 11 x 165 €	Sase ab 27. Februar NEU: 19.15 – 20.45 5 x 75 €	Birgit 18.30 – 20.00 11 x 165 €	Andreas 19.15 – 20.45 10 x 150 €	Andreas 18.00 – 19.30 10 x 150 €	
Sase ab 26. Februar 19.30 – 21.00 Online 13,50 €/Einheit	Birgit 18.30 – 20.00 Online 13,50 €/Einheit	Andreas 17.30 – 19.00 Online 13,50 €/Einheit			



Hathayoga nach B.K.S. Iyengar

Kurse 1. Trimester 2024: 8. Januar – 28. März 2024

Mo./ Mi./ Do. vorm. 11 Übungseinheiten

Donnerstagabend 10 Übungseinheiten

Dienstag ab 27. Februar 5 Übungseinheiten, Neue Kurszeiten
siehe Kursplan!

Kein Unterricht vom 12. – 16. Februar (Faschingsferien)

Neuer Kursbeginn: ab 8. April – 27. Juli

Yoga am Samstag

Samstag, 10 – 12 Uhr (individuell buchbar)

20. Januar, 10. Februar und 16. März

09.03.: Yoga Info- und Kennenlerntag 14.30-17.00 Uhr

Seminare 2024:

Yogaseminare mit Birgit und Andreas:

15. – 17. März, Werkstatt Engel in Niedersonthofen/Allgäu

26. – 29. September, Schloss Wasmuthhausen

8. – 10. November, Werkstatt Engel in Niedersonthofen/Allgäu

04.-07. Juli mit Birgit Yoga und Meditation im Johanneshof,
Schwarzwald

Workshop mit Gastlehrer Ali Dashti 8./9. Juni in Rothenburg

yoga-rothenburg Birgit Reuther Tel: 09861-86647
Bankverbindung: VR-Bank Mittelfranken Mitte eG
IBAN: DE36 7656 0060 0001 8371 33 BIC: GENODEF1ANS

