



Yoga-Basiskurse	Beginn/Termine	Uhrzeit	Anmeldung/Leitung	Telefon	E-Mail-Adresse
Mittwoch: achtsamer Hatha-Yoga-Kurs	12.01.,19.01.,26.01.,02.02.,16.02.,23.02.,02.03.,09.03.,16.03.,23.03.2022	18.00	Elke Meyer	.	info@yoga-nbg.de

Yoga-Fortsetzungskurse	Beginn/Termine	Uhrzeit	Anmeldung/Leitung	Telefon	E-Mail-Adresse
Montag: Sadhaka		18.30	Dr. Christian Schmidt	0911 / 59 48 24	christian.schmidt@th-nuernberg.de
Montag: Meditation	10.01.,14.02.,14.03.,25.04.,09.05.,13.06.,11.07.,12.09.,10.10.,14.11.,12.12.2022	18.30	<sup>1)</sup> Dr. Christian Schmidt	0911 / 59 48 24	christian.schmidt@th-nuernberg.de
Montag: Vertiefungskurs	17.01.,21.02.,21.03.,04.04.,16.05.,20.06.,18.07.,19.09.,17.10.,21.11.,05.12.2022	18.00	<sup>2)</sup> Irmhild Degen		irmhild.degen@web.de
Montag: Sutra	29.11.,20.12.2021 31.01.,28.02.,28.03.,02.05.,23.05.,27.06.,25.07.,26.09.,31.10.,28.11.,19.12.2022	18.30	<sup>3)</sup> Dr. Christian Schmidt	0911 / 59 48 24	christian.schmidt@th-nuernberg.de
Donnerstag: "Wer bin ich?"	Beginn wird leider verschoben	18.30	Elfi u. Günter Heinze	0911 / 35 93 76	elheinze@arcor.de
Freitag: Atem-Kurs (pranayama)	Beginn: 18.02.2022	19.00	Günter Schumacher	0911 / 36 59 573	schumgen@googlemail.com
Samstag	Beginn: 18.09.2021	10.00	Angela Kriegel	0911 / 47 09 070	angela.kriegel@t-online.de

Seminare/Workshops	Beginn/Termine	Uhrzeit	Anmeldung/Leitung	Telefon	E-Mail-Adresse
N.N.					<sup>4)</sup>
N.N.					<sup>5)</sup>

**Informationen und Hinweise:**

Alle Kurse finden im Yoga Institut statt unter Beachtung der aktuell gültigen Infektionsschutzmaßnahmenverordnung und des Hygiene-Konzeptes.

Die Kurse umfassen jeweils 10 Vormittage oder Abende zu je 60 Min.: Beitrag pro Kurs Mitglieder 110,- €, Nicht-Mitglieder 130,- €

- <sup>1)</sup> Teilnahme Meditationsabend: Mitglieder kostenfrei, Nicht-Mitglieder 13,- € pro Abend
- <sup>2)</sup> Teilnahme Kurs Irmhild Degen: 10 Termine a´ ca. 120 Min.: Mitglieder 180 €, Nicht-Mitglieder 200 €
- <sup>3)</sup> Teilnahme Sutra-Abend: Mitglieder 11,- €, Nicht-Mitglieder 13,- € pro Abend
- <sup>4)</sup> 1/2-Tages-Seminar: Mitglieder 35,- €, Nicht-Mitglieder 45,- €
- <sup>5)</sup> Tages-Seminar: Mitglieder 70,- €, Nicht-Mitglieder 90,- €

