



Yoga-Basiskurse	Beginn/Termine	Uhrzeit	Anmeldung/Leitung	Telefon	E-Mail-Adresse
Mittwoch: achtsamer Hatha-Yoga-Kurs	12.01.,19.01.,26.01.,16.02.,23.02.,02.03.,09.03.,16.03.,23.03.,30.03.2022	18.00	Elke Meyer	.	info@yoga-nbg.de
Mittwoch: achtsamer Hatha-Yoga-Kurs	06.04.,13.04.,20.04.,27.04.,04.05.,11.05.,18.05.,25.05.,22.06.,29.06.2022	18.00	Elke Meyer Fortsetzung	.	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	¹⁾ Dr. Christian Schmidt	0911 / 59 48 24	christian.schmidt@th-nuernberg.de
Montag: Philosophie und Praxis	17.01.,21.02.,21.03.,04.04.,16.05.,03.07.,18.07.,19.09.,17.10.,21.11.,05.12.2022	18.00	²⁾ Irmhild Degen		irmhild.degen@web.de
Montag: Sutra	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	³⁾ Dr. Christian Schmidt	0911 / 59 48 24	christian.schmidt@th-nuernberg.de
Donnerstag: "Wer bin ich?"	07.04.,28.04.,05.05.,12.05.,19.05.,02.06.,09.06.,23.06.,30.06.,07.07.2022	18.30	Elfi u. Günter Heinze	0911 / 35 93 76	elheinze@arcor.de
Freitag: Atem-Kurs (pranayama)	01.04.,08.04.,22.04.,29.04.,06.05.,03.06.,10.06.,24.06.,01.07.,08.07.2022	19.30	Günter Schumacher	0911 / 36 59 573	schumgen@googlemail.com
Samstag			Angela Kriegel	0911 / 47 09 070	angela.kriegel@t-online.de

Seminare/Workshops	Beginn/Termine	Uhrzeit	Anmeldung/Leitung	Telefon	E-Mail-Adresse
Natur-KoKraYo: neue Konzentrationskraft in Kraftshof mit Yoga erfahren; So., 26.06.2022, 09.00 Uhr (ca. 2 Std.)			⁴⁾ Elke Meyer/Günter Schumacher	0911 / 36 59 573	hey.elkemeyer@gmail.com
Seminar: N.N.			⁵⁾		

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 ca. 60 Min.: Beitrag pro Kurs Mitglieder 110,- €, Nicht-Mitglieder 130,- €

¹⁾ Teilnahme Meditationsabend: Mitglieder kostenfrei, Nicht-Mitglieder 13,- € pro Abend

²⁾ Teilnahme Kurs Irmhild Degen: 10 Termine a´ ca. 120 Min.: Mitglieder 180 €, Nicht-Mitglieder 200 €

³⁾ Teilnahme Sutra-Abend: Mitglieder 11,- €, Nicht-Mitglieder 13,- € pro Abend

⁴⁾ Yoga in der Natur: Mitglieder 25,- €, Nicht-Mitglieder 35,- €

⁵⁾ 1/2-Tages-Seminar: Mitglieder 35,- €, Nicht-Mitglieder 45,- €; Tages-Seminar: Mitglieder 70,- €, Nicht-Mitglieder 90,- €

