



Yogaschule Nordbayern®

Kursleitung: **Veronika Karl**

Kursort: Erlangen, Gleiwitzer Straße 41

Wochentag: **Montag** **Dienstag** **Mittwoch**

Uhrzeit: 18.30h 18.00h 8.30h
20.00h 19.30h 10.00h
17.00h
18.30h

Kursbeginn: 25.4.2022 26.4.2022 27.4.2022

Die Kurse starten wieder in Präsenz, es gibt aber nur ca. 8 Plätze.
Wer online möchte, bitte bei der Anmeldung mit angeben.
Ich versuche, den Unterricht in hybrid zu gestalten.

Kursgebühr: 100,00 €

Kurstitel: **Yoga als Anker in diesen Zeiten**

Kursbeschreibung: Yoga birgt in sich diesen wunderbaren Schatz, dass es uns gerade in solchen Zeiten, wie wir sie alle gerade erleben, eine ganz besondere Stütze und Kraftquelle sein kann.
Übungen mit dem Körper, dem Atem und auch auf der mentalen Ebene sollen uns helfen, diesen Schatz zu entdecken und zu nutzen.

Kurstermine:	Montag	Dienstag	Mittwoch
1. Stunde	25.4.2022	26.4.2022	27.4.2022
2. Stunde	2.5.2022	3.5.2022	4.5.2022
3. Stunde	9.5.2022	10.5.2022	11.5.2022
	Weiterbildung/keine Kurse		
4. Stunde	23.5.2022	24.5.2022	25.5.2022
5. Stunde	30.5.2022	31.5.2022	1.6.2022
	Pfingstferien		
6. Stunde	20.6.2022	21.6.2022	22.6.2022
7. Stunde	27.6.2022	28.6.2022	29.6.2022
8. Stunde	4.7.2022	5.7.2022	6.7.2022
9. Stunde	11.7.2022	12.7.2022	13.7.2022
10. Stunde	18.7.2022	19.7.2022	20.7.2022