



Kursleitung: **Veronika Karl**

Kursort: Erlangen, Gleiwitzer Straße 41

Wochentag:	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>
Uhrzeit:	18.30h	18.00h	8.30h
	20.00 h	19.30h	10.00h
			17.00h
			18.30h
Kursbeginn:	<b>12.01.2026</b>	<b>13.01.2026</b>	<b>14.01.2026</b>

Kursgebühr: **110,00 €**

Kurstitel: **Die Entdeckung der Elemente im Yoga**

Kursbeschreibung: Die Elemente (Erde, Wasser, Feuer, Luft und Raum) kennen wir alle. Was haben sie aber mit Yoga zu tun? Wo können wir sie wahrnehmen und erfahren, vielleicht sogar für uns nutzen?  
Auf diese Entdeckungsreise machen wir uns in diesem Kurs. Körper- und Atemübungen sind unsere stetigen Begleiter auf dieser Reise. Aber wir schauen auch um uns herum, was es da inspirierend zu entdecken gibt.

Kurstermine:	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>
1. Stunde	12.1.26	13.1.26	14.1.26
2. Stunde	19.1.26	20.1.26	21.1.26
3. Stunde	26.1.26	27.1.26	28.1.26
4. Stunde	2.2.26	3.2.26	4.2.26
5. Stunde	9.2.26	10.2.26	11.2.26
Faschingsferien			
6. Stunde	23.2.26	24.2.26	25.2.26
7. Stunde	2.3.26	3.3.26	4.3.26
8. Stunde	9.3.26	10.3.26	11.3.26
9. Stunde	16.3.26	17.3.26	18.3.26
10. Stunde	23.3.26	24.3.26	25.3.26

**In den Faschingsferien 16. – 20.2.2026 ist kein Unterricht**

Anmeldung unter:

[https://yogaschule-nordbayern.de/anmeldung\\_yogakurse.html](https://yogaschule-nordbayern.de/anmeldung_yogakurse.html)  
Kurse in Erlangen