



Yogaschule Nordbayern®

Kursleitung: **Veronika Karl**

Kursort: Erlangen, Gleiwitzer Straße 41

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

Uhrzeit: 18.30h 19.30h 8.45h

20.00h 18.30h

Kursbeginn: 29.4.2019 30.4.2019 8.5.2019

Kursgebühr: 90,00 €

Kurstitel: **In Balance kommen – sein - bleiben**

Kursbeschreibung: In diesem Kurs steht das Thema von Balance – Gleichgewicht – im Mittelpunkt. Mit gutem Gleichgewicht den Aufgaben und Anforderungen im täglichen Leben zu begegnen ist ein Anliegen vieler Menschen. Mit den verschiedenen Übungen auf der Ebene von Körper, Atem und Geist wollen wir in diesem Kurs uns dem Thema nähern.

Kurstermine:	Montag	Dienstag	Mittwoch	
1. Stunde	29.4.2019	30.4.2019		
2. Stunde	6.5.2019	7.5.2019	1. Std.	8.5.2019
3. Stunde	13.5.2019	14.5.2019	2. Std.	15.5.2019
4. Stunde	20.5.2019	21.5.2019	3. Std.	22.5.2019
5. Stunde	27.5.2019	28.5.2019	4. Std.	29.5.2019
6. Stunde	3.6.2019	4.6.2019	5. Std.	5.6.2019
		Pfingstferien		
7. Stunde	24.6.2019	25.6.2019	6. Std.	26.6.2019
8. Stunde	1.7.2019	2.7.2019	7. Std.	3.7.2019
9. Stunde	8.7.2019	9.7.2019	8 Std.	10.7.2019
10. Stunde	15.7.2019	16.7.2019	9. Std	17.7.2019
11. Stunde	22.7.2019	23.7.2019	10. Std.	24.7.2019
			11. Std.	31.7.2019