



# 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: 17.4.2023      18.4.2023      19.4.2023

Kursgebühr: 100,00 €

Kurstitel: **Unsere Sonne im Herzen zum Leuchten bringen**

Kursbeschreibung: Die philosophischen Texte des Yoga haben schon in alten Zeiten eine Verbindung von Herz und Sonne erkannt und hervorgehoben. Auch wir kennen das in einem Spruch: „Hab Sonne im Herzen, ob es stürmt oder schneit.“  
Diese innere Sonne soll in diesem Kurs mit der Vielfalt unserer Übungen zum Leuchten gebracht werden. Damit wir auch in „dunkleren“ Tagen diese innere Sonne in uns leuchten lassen können.

Kurstermine:	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>
1. Stunde	17.4.2023	18.4.2023	19.4.2023
2. Stunde	24.4.2023	25.4.2023	26.4.2023
3. Stunde	8.5. 2023	2.5.2023	3.5.2023
4. Stunde	22.5.2023	9.5.2023	10.5.2023
5. Stunde	12.6.2023	23.5.2023	24.5.2023
6. Stunde	19.6.2023	13.6.2023	14.6.2023
7. Stunde	26.6.2023	20.6.2023	21.6.2023
8. Stunde	3.7.2023	27.6.2023	28.6.2023
9. Stunde	10.7.2023	4.7.2023	5.7.2023
10. Stunde	17.7.2023	11.7.2023	12.7.2023

Der 1. Mai ist ein Montag, von meiner Seite kann da Unterricht stattfinden, das wird individuell in den beiden Gruppen am Montag besprochen.

**In der Woche vom 15. – 21. Mai 2023 ist wegen einer Fortbildung KEIN Unterricht, ebenso nicht in den bayrischen Pfingstferien (27.5. – 11.6.2023)**