



YOGA  
BEWEGT

# DEIN YOGA STUNDENPLAN

KURSE IM 1. HALBJAHR 2022



Die Yoga Kurse im 1. Halbjahr 2022 finden statt im Zeitraum vom 1.2.2022 bis zum 22.7.2022. Bei uns im Yoga Studio oder bei Euch zu Hause - mit PC, Tablet oder Smartphone.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	9.30 - 11.00 <b>GUTEN MORGEN YOGA</b> <i>mit Lenka</i>			9.00 - 10.30 <b>YOGA BALANCE</b> <i>mit Christina</i>
18.00 - 19.30 <b>YOGA BALANCE</b> <i>mit Lenka</i>	17.00 - 18.30 <b>YOGA BASIC</b> <i>mit Christina</i>	17.00 - 18.30 <b>YOGA BASIC</b> <i>mit Lenka</i>	18.00 - 19.30 <b>YOGA FÜR SCHWANGERE</b> <i>mit Julia</i>	19.30 - 21.00 <b>LAVENDEL YOGA</b> <i>mit Lenka</i> Termine: 4.2.   4.3.   8.4.   6.5.   3.6.   1.7.
20.00 - 21.30 <b>YOGA ENERGIE</b> (für Fortgeschrittene) <i>mit Lenka</i>	19.00 - 20.30 <b>YOGA BALANCE</b> <i>mit Christina</i>	19.00 - 20.30 <b>YOGA BALANCE</b> <i>mit Lenka</i>		19.30 - 21.00 <b>YOGA &amp; POETRY</b> <i>mit Julia</i> Termine: 18.2.   18.3.   29.4.   20.5.   24.6.   15.7.

**YOGA BASIC, YOGA BALANCE und GUTEN MORGEN YOGA sind zertifizierte Präventionskurse.** Nach einer erfolgreichen Teilnahme wird die Kursgebühr bis zum 100% von der Krankenkasse übernommen.

**Präventionskurse I:** finden statt zwischen 1.2.22 und 2.5.22 (Beginn zwischen 1.2.22 und 7.2.22). **10 Termine: 150 Euro**

**Präventionskurse II:** finden statt zwischen 3.5.22 und 22.7.22 (Beginn zwischen 3.5.2022 und 9.5.2022). **10 Termine: 150 Euro**

**YOGA FÜR SCHWANGERE:** Einstieg jederzeit möglich. **10 Termine: 150 Euro**  
Anzahl der Termine kann auch individuell angepasst werden.

**Kursgebühren: Ganzes Semester - 20 Termine: 280 Euro,**  
10er-Karte: 160 Euro, 1 Termin: 17 Euro, Probestunde: 10 Euro.  
**Schüler- und Studenten-Rabatt: 10%**

**Einfach buchen:** Online über [www.yogabewegt.de](http://www.yogabewegt.de) - Du kannst den QR-Code rechts scannen, um direkt zur Buchungsmöglichkeit auf unserer Website zu gelangen. **Übrigens:** Der Einstieg in laufende Kurse ist möglich, wenn es noch freie Plätze gibt.

**Yoga bewegt uns überall: Parallel zu den Yoga-Stunden im Studio bieten wir auch Online-Yoga per Zoom an.**



Yoga bewegt uns. Im Yoga Studio im Lazarettgarten 21, Landau.

Mehr Infos unter [www.yogabewegt.de](http://www.yogabewegt.de)