

# KURSPLAN DARMSTADT

Gültig ab 1. November 2011

TEL.:  
06151-  
599 301



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
VORMITTAG			06:00-7:30 Sunrise Yoga auf Anfrage... 30 (Shankari)				
		08:00-9:00 offene Meditation 27 (Amba)		08:00-9:00 offene Meditation 27 (Radhika)			wechselnde Workshops
	9:30-10:30 Rückbildungs- yoga + Babys (Radhika)	09:15-11:15 offene Stunde 22 (Amba/Alexandra)	09:00-10:30 Yoga für den Rücken 19 (Kira)		09:00-11:00 offene Stunde 22 (Amba)	11:00-12:30 Yoga für Neugierige + Meditations- Einführung 31 (Amba & Radhika)	
		09:30-11:00 Beweglich im Alter 18 (Radhika)				11:00-12:30 Kinderbetreuung auf Anfrage... (Radhika)	
MITTAG			11:30-13:00 Rückbildungsyo- ga mit Babys 07 (Anne)		11:30-13:00 Yoga für Studen- ten 25 auf Anfra- ge...(Radhika)	wechselnde Workshops	wechselnde Workshops
	12:00-12:45 Mittags-Schnup- perkurs auf Anfra- ge... 10 (Radhika)	12:00-12:45 Mittags-Schnup- perkurs auf Anfra- ge... 10 (Radhika)	12:00-12:45 Mittags-Schnup- perkurs auf Anfra- ge... 10 (Radhika)	12:00-12:45 Mittags-Schnupper- kurs auf Anfra- ge... 10 (Amba)	12:30-13:30 Yoga für Mütter mit Kindern 02 (Anne)		
NACHMITTAG					14:00-15:30 Yoga für Schwangere 08 (Anne)	wechselnde Workshops	wechselnde Workshops
	16:30-17:30 Yoga für Kinder & Jugendliche 05 (Radhika)	16:30-17:30 Yoga für Kinder 3-6 Jahre 04 (Radhika)		15:30-16:30 Yoga für Kleinkinder 1-3 Jahre 04 (Radhika)	15:00-16:15 Yoga für Jugendliche ab 12 Jahre 06 (Radhika)		
	17:00-18:30 Hatha Yoga Anfänger 11 (Helga, Amba)	16:30-18:00 Entspannt in den Feierabend 15 (Fabian)		17:00-18:30 Yoga für Anfänger 12 (Claudia, Radhika)	17:00-18:30 Hatha Yoga Anfänger 11 (Judith)	wechselnde Workshops	16.00-18.00 Offene Yoga Jam (teach what you prac- tice and practice what you teach)
ABEND	17:30-19:30 offene Stunde 22 (Jana)	18:00-19:30 Partneryoga (Radhika) 16		18:00-19:30 Yoga Flow Sonnengruß- Variationen 21 (Fabian)			18:00-19:30 Satsang & Meditation 27 (Amba, Radhika)
	19:00-21:00 Hormon Yoga 20 (Amba)	19:30-22:00 Hatha Yoga III 14 (Amba, alle 2 Wochen)	19:30-21:30 offene Stunde, Anfänger & sanfte Mittelstufe 22 (Kornelia)	19:30-21:30 offene Stunde, Asanas für Fort- geschrittene 22 (Fabian)	19:00-20:30 Hatha Yoga II Aufbaukurs 13 (Claudia, Marianne)	wechselnde Workshops	wechselnde Workshops
	20:00-21:30 Yoga für den Rücken 19 (Radhika)	19:35-21:05 Meditativer Yoga mit Mantra- Begleitung 17 (Radhika)					
	21:30-22:30 offene Meditation 27 (Amba)	20:30-22:00 Yoga für Männer 29 (Fabian)	21:30-22:00 Meditation (Kornelia)		20:30-21:30 Meditation in Bewegung auf Anfrage... 28 (Steffi)		

# KURSPLAN ARHEILGEN

Gültig ab 1. November 2011

TEL.:  
06151-  
599 302

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	16.45-18.15 Yoga für den Rücken 19		9.00-10.30 Hatha Yoga II 13	15.00-16.30 Beweglich im Alter 18 (Amba)			
		19.30-21.30 offene Stunde 22 (Joanna)	18.30-22.30 Yoga Lehrer Ausbildung 1 (Amba)	18.30-22.30 Yoga Lehrer Ausbildung 2 (Amba)		wechselnde Workshops	wechselnde Workshops

- SCHWERPUNKTE**
- ZWEI ODER DREIJÄHRIGE YOGALEHRER/INNIEN AUSBILDUNG
  - OFFENE STUNDEN & SCHNUPPERSTUNDEN
  - YOGA FÜR ANFÄNGER
  - YOGA AUFBAUKURSE
  - YOGA FÜR DEN RÜCKEN
  - BEWEGLICH IM ALTER
  - BUSINESS YOGA
  - SUNRISE YOGA
  - HORMON YOGA
  - YOGA FÜR MÄNNER
  - PARTNERYOGA
  - MEDITATIVER YOGA MIT MANTRA-BEGLEITUNG
  - SCHWANGERSCHAFTSYOGA
  - RÜCKBILDUNGSYOGA
  - YOGA FÜR KLEINKINDER, KINDER & JUGENDLICHE
  - YOGA FLOW & SONNENGRUSSVARIATIONEN
  - MEDITATION · SATSANG
  - EINZELSTUNDEN
  - KINDERBETREUUNG
  - THAI YOGA MASSAGE
  - TOUCHLIFE MASSAGEN