

AUSBILDUNGEN 2020

2-jährige Yogalehrer-Ausbildung - ab Januar 2020

Themen: Einführung in den integralen Yoga, Hatha Yoga, Yoga Unterrichtsmethodik, Philosophie und Yoga Leben, Kundalini Yoga, Raja Yoga, Karma Yoga, Bhakti Yoga, Jnana Yoga

Weitere Informationen zu allen Ausbildungen auf unserer Website.

DIR GEFÄLLT YOGA VIDYA UND DU MÖCHTEST UNS UNTERSTÜTZEN ?

Dann sei Teil unserer Gemeinschaft und werde Mitglied in unserem Verein „Yoga Vidya e. V.“. Der Jahresbeitrag beträgt nur 15 €. Durch deine Mitgliedschaft hilfst du uns den Yoga weiter zu verbreiten, sodass immer mehr Menschen die Vorzüge des Yoga genießen können. Als Mitglied bekommst du Rabatte auf die Angebote hier im Essener Zentrum und in allen Yoga Vidya Ashrams. Bei Interesse sprich uns an. Wir freuen uns auf Dich.



DAS CENTER

wird geleitet von Roberto Tryambaka Baglio.
Unterstützt wird er von vielen ehrenamtlichen Yogalehrern.



Yoga Vidya Essen e. V.
Friederikenstraße 41a
45130 Essen
essen@yoga-vidya.de
www.Essen.Yoga-Vidya.de

MITHELFER GESUCHT:

Als gemeinnütziger Verein sind wir auf ehrenamtliche Mithilfe angewiesen, um die Gebühren der Veranstaltungen gering zu halten. Diese Hilfe reicht vom Kochen, Putzen, Broschüren verteilen bis hin zum Unterrichten von Yogastunden. Als Mithelfer besteht die Möglichkeit, kostenlosen Yogaunterricht zu genießen. Bei Interesse bitte im Center melden.

AUSBILDUNGEN • KURSE • KLASSEN • WORKSHOPS • AB JULI 2019

YOGA VIDYA ESSEN e.V.



YOGA - FINDE DEINE MITTE

YOGA KURSE

Weitere Yoga Kurse findest Du auf unserer Website.

Wir haben alles vor Ort was Du zum Yoga benötigst — Du brauchst nur bequeme Kleidung mit zu bringen. Wir empfehlen Dir nach dem Anfängerkurs direkt in den offenen Anfängerstunden weiterzumachen, um das Gelernte zu vertiefen und dann einen Yoga II Aufbaukurs zu buchen. Die Kurse bestehen aus 8 Einheiten, jeweils 1 x wöchentlich.



Yoga I • Anfängerkurs

90 Min., 8 Abende

Do 15.08.	17 h
Do 29.08.	19 h
Di 15.10.	17 h
Do 24.10.	19 h

Yoga II • Aufbaukurs

90 Min., 8 Abende

Di. 13.08.	17 h
Do. 31.10.	19 h

	PREIS	ERM.
8x	80 €	70 €

Während der Kurse 50% Ermäßigung auf alle offenen Stunden.

RABATTE FÜR VEREINSMITGLIEDER >>>>> Siehe Rückseite

WORKSHOPS & EVENTS

Das aktuelle Workshop-Programm findest Du auf unserer Website.

Einführung in Tantra	Samstag, 31.08.19	17:00 - 21:00 Uhr	Julia Akasha
Thai Yoga Massage - Einführungswochenende*	Samstag, 14.09.19 und Sonntag, 15.09.19	jeweils 10:00 - 17:00 Uhr	Gundi Nowak
Yoga für Schulter, Hals und Nacken*	Freitag, 20.09.19	18:00 - 21:00 Uhr	Mahadev Schmidt
Yoga Bodywork - Lust am Körper	Samstag, 21.09.19	09:00 - 12:00 Uhr	Mahadev Schmidt
Mantrayogastunde	Sonntag, 22.09.19	17:00 - 18:30 Uhr	Mahadev und Tara
Zu sich kommen	Freitag, 25.10.19	18:00 - 21:00 Uhr	Beate Menkarski
Yin Yoga für die Hüften*	Freitag, 08.11.19	18:00 - 21:00 Uhr	Nadine Oberdries
Räkelyoga	Freitag, 15.11.19	18:00 - 21:00 Uhr	Erkan Batmaz
Kundalini Yoga Sutra*	Samstag, 16.11.19	10:00 - 13:00 Uhr	Erkan Batmaz

* gelten als Yogalehrer-Weiterbildung

PREISE

	NORMAL	ERMÄSSIGT ²
offene Yogastunden (90 min.)	10 €	8 €
offene Yogastunde für Kursteilnehmer	5 €	—
Zehnerkarte (1 Jahr gültig)	80 €	70 €
Monatskarte	60 €	50 €
Halbjahresabo ¹ (6 Monatskarte)	230 €	210 €
Halbjahresabo ¹ (monatlich)	42 €	40 €
Jahresabo ¹ (12 Monatskarte)	420 €	390 €
Jahresabo ¹ (monatlich)	39 €	35 €
Yoga-Einzelstunde (60 Min.)	49 €	44 €
Yoga-Therapie-Einzelstunde (60 Min.)	49 €	44 €

Probestunde gratis bei Anmeldung über unsere Website: www.Essen.Yoga-Vidya.de

¹ Die Abos beinhalten: Teilnahme an allen offenen Yogastunden & ermäßigte Workshops & ermäßigte Kurse.
² Für Schüler, Studenten, Rentner, Arbeitssuchende.

OFFENE YOGASTUNDEN - VOLLE FLEXIBILITÄT ÜBE WANN UND SO OFT DU WILLST

Die offenen Yogastunden bieten Dir Flexibilität. Du kannst kommen wann immer es Deine Zeit erlaubt. Du entscheidest über das Niveau, an welchem Tag und zu welcher Uhrzeit Du Yoga machen möchtest. (Dauer 90 Min.) **Der Plan ist gültig ab dem 01.07.2019.**

	MO	DI	MI	DO	FR	SO
10:00					• Entspannungs-yoga*	
17:00	• Anfänger*		• Mittelstufe*	• Rückenyoga		• Anfänger & Mittelstufe
17:30					• sanfte Mittelstufe	
18:45						• Satsang (s.u.)
19:00	• Mittelstufe	• sanfte* Mittelstufe		• Anfänger* • fordernde Mittelstufe		

Während der Schulferien finden nur Stunden statt, die mit Sternchen* gekennzeichnet sind. Einlass immer 15 Minuten vor Beginn der jeweiligen Stunde. An gesetzlichen Feiertagen ist das Center geschlossen. Zur Zeit findet der Satsang nur einmal im Monat statt und wird jeweils vorher angekündigt.