

# LEHRER/INNEN

*Claudia Böhm*

zertifizierte Iyengar Yogalehrerin  
ausgebildet am Iyengar Yoga Institut  
in San Francisco/USA

*Hermann Traitteur*

zertifizierter Iyengar Yogalehrer  
ausgebildet am Iyengar Yoga Institut  
in San Francisco/USA

*Anna Pohlmann*

zertifizierte Iyengar Yogalehrerin  
ausgebildet vom Berufsverband (BIYVD)

*Elke Gutsell*

zertifizierte Iyengar Yogalehrerin  
ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

*Inger Kühn*

zertifizierte Iyengar Yogalehrerin  
ausgebildet vom Berufsverband (BIYVD)

*Julia Ehlert*

zertifizierte Iyengar Yogalehrerin  
ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

*Rita Kupfer*

zertifizierte Iyengar Yogalehrerin  
ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

*Martín Núñez*

zertifizierter Iyengar Yogalehrer  
ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

# PREISE

---

60 Minuten: 12,- €

---

90 Minuten: 15,- €

---

60 Minuten 10er Karte: 100,- €

---

90 Minuten 10er Karte: 130,- €

---

für Schüler und Studenten/innen

---

60 Minuten: 10,- €

---

90 Minuten: 13,- €

---

60 Minuten 10er Karte: 80,- €

---

90 Minuten 10er Karte: 110,- €

10er Karte maximal 3 Monate gültig

Erwerb von 10er Karten:

Lehrergebundene Karten direkt beim jeweiligen Lehrer

Flexible nicht lehrergebundene Karten im Yoga Mitte Laden

Di-Do 15-19 Uhr, Sa 11-15 Uhr

IYENGAR YOGA INSTITUT BERLIN

Torstr. 126, 10119 Berlin (U Rosenthaler Platz)

Tel 030. 285 99 7-89 Fax -90

[facebook.com/IyengarYogaBerlin](https://www.facebook.com/IyengarYogaBerlin)

[www.iyengar-yoga-berlin.de](http://www.iyengar-yoga-berlin.de)



FRÜHJAHR  
2018  
KURSPLAN

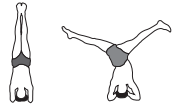
# KLASSEN

März bis Mai 2018



## Stufe 1

Diese Klassen sind für Anfänger/innen und 60 Min. lang.



## Stufe 2 & 3

Die Klassen sind 90 Min. lang und offen für Iyengar-Yogaübende mit Erfahrung.

## Frauen

ausschließlich Frauen, auch Schwangere.

## Yoga ab 55

offen für Yogaübende ab 55 Jahren.

## Regenerativ

energiespendende Yogahaltungen, offen für alle Stufen, auch Schwangere.

## MS

offen für Yogaübende mit Multipler Sklerose.

## Therapie

keine offene Klasse, Teilnahme nur nach Anmeldung möglich.

## KK

Bezuschussung durch gesetzliche Krankenkassen.



## Stufe 1 & 2

Die Klassen sind 90 Min. lang und offen für Anfänger/innen und Geübte. Neben den grundlegenden Yogahaltungen werden Kopf- und Schulterstand unterrichtet.



## Stufe 3

Der Unterricht dauert 90 Min. Voraussetzungen:  
- eine regelmäßige Iyengar Yoga-Übungspraxis  
- freier Kopf- und Schulterstand  
- ein Vorgespräch



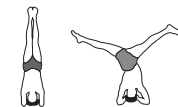
## Stufe 2

Diese Klasse ist 90 Min. lang und offen für Yogaübende, die mit dem Kopfstand schon vertraut sind (gegen die Wand oder frei im Raum).

MO



17.00 – 18.30  
Anna / KK



19.00 – 20.30  
Claudia / KK



19.30 – 20.30  
Rita

DI



8.00 – 9.30  
Claudia / KK

## Yoga ab 55

10.00 – 11.30  
Claudia

## Therapie 1

16.00 – 17.30  
Claudia



18.00 – 19.00  
Elke



18.00 – 19.30  
Claudia



20.00 – 21.30  
Rita

MI

## Frauen

10.00 – 11.30  
Inger

## MS

16.00 – 17.30  
Martín

## Regenerativ

18.30 – 20.00  
Elke



18.00 – 19.00  
Martín



18.00 – 19.30  
Claudia / KK



20.00 – 21.00  
Martín

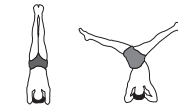
DO



10.00 – 11.30  
Julia



17.30 – 19.00  
Elke



19.00 – 20.30  
Anna



19.30 – 20.30  
Julia (englisch)

FR



9.00 – 10.30  
Inger / KK

## Therapie 2

17.00 – 18.30  
Hermann

## Therapie 1

19.00 – 20.30  
Hermann

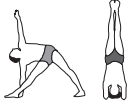


17.30 – 18.30  
Anna / KK



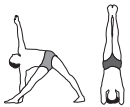
19.00 – 20.30  
Martín

SA



11.00 – 12.30  
Anna

SO



11.00 – 12.30  
Anna



18.00 – 19.30  
Anna