

LEHRER/INNEN

Alle Lehrer_innen die an unserem Institut unterrichten, sind zertifizierte Iyengar® Yoga Lehrer_innen

Claudia Böhm

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut
in San Francisco/USA

Hermann Traitteur

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut
in San Francisco/USA

Anna Pohlmann

ausgebildet vom Berufsverband (BIYVD)

Elke Gutsell

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Inger Kühn

ausgebildet vom Berufsverband (BIYVD)

Julia Ehlert

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Rita Kupfer

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Martín Núñez

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

(Nur Barzahlung - Keine EC-Kartenzahlung)

IYENGAR YOGA INSTITUT BERLIN

Torstr. 126, 10119 Berlin (U Rosenthaler Platz)

info@iyengar-yoga-berlin.de

Tel 030 - 285 99 7-89 Fax -90

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

www.iyengar-yoga-berlin.de



HERBST
2018
KURSPLAN

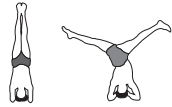
KLASSEN

September bis Oktober 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.

Frauenklasse (+ Schwangerschaft)

ausschließlich Frauen, auch während der Schwangerschaft.

Yoga ab 55

offen für Yogaübende ab 55 Jahren.

Regenerativ

energiespendende Yogahaltungen, offen für alle Stufen, auch Schwangere.

Multiple Sklerose

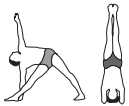
offen für Yogaübende mit Multipler Sklerose.

Therapie

keine offene Klasse, Teilnahme nur nach Anmeldung möglich.

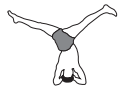
KK

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

DI

MI

DO

FR

SA



8.00 – 9.30

Claudia / KK (EG)

Yoga ab 55

10.00 – 11.30

Claudia (EG)

Therapie 1

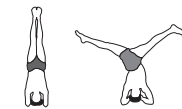
16.00 – 17.30

Claudia



17.00 – 18.30

Anna / KK (1. OG)



19.00 – 20.30

Claudia / KK (EG)



19.30 – 20.30

Rita (1. OG)



18.00 – 19.00

Elke (1. OG)



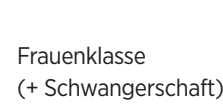
18.00 – 19.30

Claudia (EG)



20.00 – 21.30

Rita (EG)



Frauenklasse (+ Schwangerschaft)

10.00 – 11.30

Inger / KK (EG)

Multiple Sklerose

16.00 – 17.30

Martin (3. OG)

Regenerativ

18.30 – 20.00

Elke (3. OG)



18.00 – 19.00

Martin (1. OG)



18.00 – 19.30

Claudia / KK (EG)



20.00 – 21.00

Martin (1. OG)



10.00 – 11.30

Julia (EG)

Therapie 2

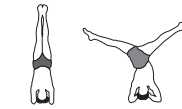
17.00 – 18.30

Hermann



17.30 – 19.00

Elke (1. OG)



19.00 – 20.30

Hermann / KK (EG)



19.30 – 20.30

Julia (englisch) (1. OG)



9.00 – 10.30

Inger / KK (EG)

Therapie 2

17.00 – 18.30

Hermann

Therapie 1

19.00 – 20.30

Hermann



17.30 – 18.30

Anna / KK (1. OG)



19.00 – 20.30

Martin (1. OG)



11.00 – 12.30

Anna (1. OG)

SO



11.00 – 12.30

Anna (1. OG)



18.00 – 19.30

Anna (1. OG)