

LEHRER/INNEN

Annette Herrenleben

zertifizierte Iyengar Yogalehrerin
ausgebildet am Iyengar Yoga Institut (RIMYI)
in Pune/Indien

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: 11,- €
90 Minuten: 14,- €
60 Minuten 10er Karte: 95,- €
90 Minuten 10er Karte: 120,- €
für Schüler und Studenten/innen
60 Minuten: 9,- €
90 Minuten: 12,- €
60 Minuten 10er Karte: 75,- €
90 Minuten 10er Karte: 100,- €

10er Karte maximal 3 Monate gültig



FRÜHLING
2017
KURSPLAN

IYENGAR YOGA INSTITUT BERLIN

Torstr. 126, 10119 Berlin (U Rosenthaler Platz)
Tel 030. 285 99 7-89 Fax -90
www.iyengar-yoga-berlin.de

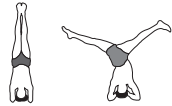
KLASSEN

April bis Juni 2017



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).



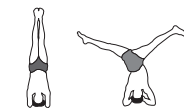
Pranayama

Keine offene Klasse. Voraussetzung ist ein persönliches Vorgespräch mit Annette.

MO



Therapie 2
17.00 – 18.30
Hermann



Therapie 2
19.00 – 20.30
Claudia / KK



Therapie 2
19.30 – 20.30
Rita

DI



Yoga ab 55
8.00 – 9.30
Claudia / KK

Yoga ab 55

10.00 – 11.30
Claudia

Therapie 1

16.00 – 17.30
Annette / Claudia / Hermann



Therapie 1
18.00 – 19.00
Elke



Therapie 1
18.00 – 19.30
Annette



Therapie 1
20.00 – 21.30
Hermann / KK

MI

Frauen

10.00 – 11.30
Annette

MS

16.00 – 17.30
Hermann / KK

Regenerativ

18.00 – 19.30
Annette



Regenerativ
18.00 – 19.00
Martín



Regenerativ
18.00 – 19.30
Hermann



Regenerativ
20.00 – 21.00
Elke

DO



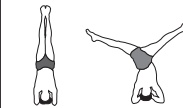
Yoga ab 55
10.00 – 11.30
Annette

Therapie 2

17.00 – 18.30
Hermann



Therapie 2
17.30 – 19.00
Elke



Therapie 2
19.00 – 20.30
Hermann / KK



Therapie 2
19.30 – 20.30
Julia

FR



Yoga ab 55
9.00 – 10.30
Inger / KK



Yoga ab 55
17.30 – 18.30
Annette



Yoga ab 55
17.30 – 18.30
Anna / KK



Yoga ab 55
19.00 – 20.30
Annette

SA

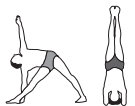


Yoga ab 55
11.00 – 12.30
Anna

SO



Yoga ab 55
11.00 – 12.30
Anna



Yoga ab 55
18.00 – 19.30
Anna