

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 Flavio Núñez

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Claudia Lamas Cornejo

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Bert Harder

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Katja Kull

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*innen und Student*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:

- Flexible nicht lehrergebundene Karten können im Yoga Mitte Laden erworben werden: Dienstags-Donnerstags 15-19 Uhr, Samstags 11-15 Uhr [Nur Barzahlung - Keine EC-Kartenzahlung]
- Lehrergebundene Karten werden direkt beim jeweiligen Lehrer / der jeweiligen Lehrerin erworben.
- Für die Stufen 2, 2 & 3 und 3 können nur lehrergebundene Karten erworben werden - die flexiblen Karten gelten hier nicht.

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

www.iyengar-yoga-berlin.de



FRÜHLING
2019
KURSPLAN

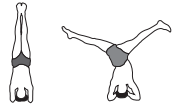
KLASSEN

April bis Juni 2019



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.



Stufe 1 & 2

Die gemischten Klassen sind 90 Min. lang und offen für Anfänger*innen und Geübte.



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).

KK

Abkürzung **KK**: Bezuschussung durch gesetzliche Krankenkassen möglich.

Kinderyoga

Dynamische Klasse für Kinder im Alter von 7-12 Jahren.

Frauenklasse (+ Schwangerschaft)

Offen für alle Stufen, auch Schwangere.

Yoga ab 55

Für Yogaübende ab 55 Jahren.

Regenerativ

Energiespendende Yogahaltungen, offen für alle Stufen, auch Schwangere.

Multiple Sklerose

Offen für Yogaübende mit MS.

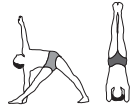
Hüfte

Für Yogaübende mit Hüftgelenksarthrose, Teilnahme nur nach Anmeldung möglich.

Therapieklassen

Teilnahme nur nach Anmeldung möglich

MO



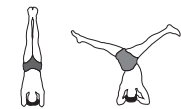
9.00 – 10.30
Anna / KK (EG)

Hüfte

17.00 – 18.30
Katja / Hermann (3. OG)



17.00 – 18.30
Anna / KK (1. OG)



19.00 – 20.30
Claudia B. / KK (EG)



19.30 – 20.30
Rita (1. OG)

DI



8.00 – 9.30
Claudia B. / KK (EG)

Yoga ab 55

10.00 – 11.30
Claudia B. (EG)

Therapie 1

16.00 – 17.30
Claudia B. (3. OG)



18.00 – 19.00
Elke (1. OG)



18.00 – 19.30
Claudia B. (EG)



20.00 – 21.30
Rita / KK (EG)

MI

Frauenklasse (+ Schwangerschaft)

9.30 – 11.00
Inger / KK (EG)

Kinderyoga

16.30 – 17.30
Claudia L.C. (EG)

Multiple Sklerose

16.00 – 17.30
Martín (3. OG)

Regenerativ

18.30 – 20.00
Elke (3. OG)



18.00 – 19.00
Martín (1. OG)



18.00 – 19.30
Hermann / KK (EG)



20.00 – 21.00
Hermann / KK (EG)

DO



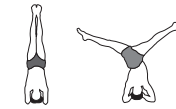
10.00 – 11.30
Julia (EG)

Therapie 2

17.00 – 18.30
Hermann (3. OG)



17.00 – 18.30
Elke (1. OG)



19.00 – 20.30
Hermann / KK (EG)



19.30 – 20.30
Julia (englisch) (1. OG)

FR



9.00 – 10.30
Inger / KK (EG)

Therapie 2

17.00 – 18.30
Hermann (3. OG)

Therapie 1

19.00 – 20.30
Hermann (3. OG)



17.30 – 18.30
Anna (1. OG)

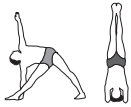


19.00 – 20.30
Martín (1. OG)

SA



11.00 – 12.30
Anna / KK (1. OG)



17.00 – 18.30
Claudia L.C. (1. OG)

SO



11.00 – 12.30
Anna (1. OG)



18.00 – 19.30
Anna (EG)



19.30 – 20.30
Bert (1. OG)