

KURSE FRÜHJAHR-SOMMER 2019

YOGA • TAICHI CHUAN • QI GONG • iREST@ MEDITATION



YOGAZENTRUM LANDSHUT

Elke Sperling · Yogalehrerin BDY/EYU

Altstadt 28 · 84028 Landshut · im ehem. Landschaftshaus · 2. OG · T. 0871.9749 7990

www.yogazentrum-landshut.de

sich entspannen und wohlfühlen · in schöner Atmosphäre · unter qualifizierter Anleitung

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		8:00 - 9:30h Yoga klassisch 2 27.3.-26.6. €139		individueller Einzelunterricht/ Personal Training
	10:00 - 11:30h Yoga klassisch 1 26.3.-4.6. €120		10:00 - 11:30h Yoga klassisch 1 28.3.-4.7. €139	Termine nach Vereinbarung
			17:00 - 18:00h Yoga Kraft-Entspannung 1 4.4.-18.7. €120	17.00 - 18:15h iREST@ Tiefenentspannung* 1 Termine lt. Plan
18:15 - 19:45h Yoga klassisch 1 25.3.-24.6. €139	18:30 - 20:00h Yoga klassisch 1 26.3.-25.6. €139	17:15 - 18:30h Yoga Schwangere 1 8.5.-31.7. €150	18:15 - 19:30h Yoga Kraft-Entspannung 2 4.4.-18.7. €130	Workshops & Unterrichtsvertiefung
20:00 - 21:00h TaiChi Chuan* 2 25.3.-24.6. €120	20:15 - 21:15h Qi Gong 1 30.4.-16.7. €110	19:00 - 20:30h Yoga klassisch 1 27.3.-26.6. €139		lt. Ankündigung

Alle Yoga- und Qi Gong Kurse sind als Präventionsmaßnahme (lt. § 20 Präventionsgesetz) anerkannt und zertifiziert.
Die gesetzlichen Krankenkassen bezuschussen /erstatten die Gebühren. Bitte beachten: Kurse mit* werden nicht bezuschusst.
Für die Yogakurse stehen 2 Nachholtermine pro Kursblock zur Verfügung.

Preis Yoga-Kursblock 10x 90 min. €139 10x 75 min. €130 10x 60 min. €120 8x 90 min. €120	Preis Yoga-Wertkarte 10x 90 min. €160 10x 75min. €150 Yoga für Schwangere 10x 75 min. €150	Preis TaiChi Chuan 10x 60 min. Kurs €120 10er Karte €135 Preis Qi Gong Kursblock 10x 60 min. €110	iRest@ Einzeltermine 1x 75 min. €15 Yoga-Einzelunterricht Personal Training 1x 60 min. €65 3x 60 min. €150	Könerstufen 0 = ohne Erfahrung 1 = für Alle 2 = mit Erfahrung
--	--	---	--	---