

Angebot

Meine **Yoga-Kleingruppenkurse** (max. 8 Teilnehmende) sind in **übersichtlichen Quartalsblöcken** aufgebaut. So entsteht eine vertraute Atmosphäre und du kannst deine Praxis kontinuierlich vertiefen.

Zusätzlich biete ich **Online-Yoga** an – eine wunderbare Möglichkeit, unabhängig vom Ort und im eigenen Rhythmus zu üben: **zu Hause, auf Reisen oder in den Ferien**.

Teilnahme & Flexibilität:

☞ Die **Buchung des Blocks** ist verbindlich und der **gesamte Block wird verrechnet**, unabhängig von allfälligen Absenzen.

☞ Du hast die Möglichkeit, mir pro Block maximal zwei Absenzen im Voraus mitzuteilen. Diese Absenzen werden nicht verrechnet. Bitte **informiere mich unbedingt vor Beginn des jeweiligen Blocks über allfällige Fehlzeiten**.

☞ Nach Absprache ist es zusätzlich möglich, verpasste Stunden **in einer anderen Kurszeit nach- oder vorzuholen** (sofern Plätze verfügbar sind).

☞ Ein Einstieg in die Kurse ist jederzeit möglich.

Quartalsblöcke:

Winter-Frühling Kurs	07.01. – 27.03. 2025	9/10/11	Lektionen
Frühling-Sommer Kurs	01.04. – 03.07. 2025	10/12	Lektionen
Sommer-Herbst Kurs	19.08. – 25.09. 2025	6	Lektionen
Herbst-Winter Kurs	14.10. – 18.12. 2025	10	Lektionen

Die Kurse ruhen während den Schulferien/Feiertagen.

Dienstag	17:45 – 19:00	Yoga für alle
Mittwoch	08:15 – 09:30	Yoga für alle
	09:45 – 11:00	Yoga für Senioren
	17:30 – 18:45	Yoga für alle
Donnerstag	05:30 – 06:30	Yoga für Early Birds
	09:45 – 11:00	Yoga für Senioren

Mitnehmen: ein Tuch für auf die Matte (Hygiene), bequeme Trainingskleidung, rutschfeste Socken (oder Barfuss).

Versicherung ist Sache der Teilnehmer.