



## **Kurse in den Sommerferien**

Um Yoga kennen zu lernen bzw. um über die Sommerferien in Übung zu bleiben, stehen folgende kurze Kurse zur Auswahl:

### **Anfänger und Leichtfortgeschrittene**

---

jeweils 3 Einheiten á 60 Min. - € 38.--

Dienstag, ab 18.07.2017 um 19.15h (Verena)

Dienstag, ab 12.09.2017 um 19.15h (Verena)

### **Yoga für Geübte**

---

Durchgehender Kurs -  
die Terminblöcke können **einzel**n gebucht werden.

3 Einheiten (= 1 Block) á 60 Min. - € 38.--

Montag, ab 03.07.2017 um 18.00 h (Margit)

Montag, ab 24.07.2017 um 18.00 h (Margit)

Mittwoch, ab 30.08.2017 um 18.00 h (Shakti)

### **Yoga nach Kum Nye - Praxis und Theorie**

---

2 Einheiten á 60 Min. - € 25.--

Mittwoch, ab 26.07.2017 um 18.15 h (Nura)

### **Entspannung und Meditation**

---

3 Einheiten á 60 Min. - € 38.--

Donnerstag, ab 03.08.2017 um 18.00h (Andrea)

**Anmeldung bitte per e-mail oder Telefon**

---

Resselstrasse 18 / 1 - 6020 Innsbruck

Fon 0512 - 56 23 14

Mobil 0664 - 324 20 40

[www.yoga-tirol.at](http://www.yoga-tirol.at)

[office@yoga-tirol.at](mailto:office@yoga-tirol.at)



....Seite 2

## **Kurse in den Sommerferien**

### **Yoga '60 plus'**

---

Im Mittelpunkt steht achtsames Üben und Freude an der Bewegung.

3 Einheiten á 60 Min.- € 38.--

Dienstag, ab 11.07.2017 um 09.30 h (Monika)

### **Kinder (6-11 Jahre)**

---

Mit Yogaübungen die Fähigkeiten des Körpers und den Atem erforschen, sind die Schwerpunkte dieses Workshops.

3-teiliger Workshop € 30.--

2-teiliger Workshop € 20.--

Mo, Di, Do (10./11./13.07.) von 10.00 - 12.00 h

Mo + Di (04.+05.09.) von 10.00 - 12.00 h

### **Jugendliche (12-17 Jahre)**

---

Yoga kennen lernen und im Üben Qualitäten wie Kraft, Stabilität und Entspannung entdecken.

3-teiliger Workshop - € 30.--

Mo, Di, Do (10./11./13.07.) von 10.00 - 12.00 h

**Anmeldung bitte per e-mail oder Telefon**

**Neues Kurs-Semester: ab Ende September**

---

Resselstrasse 18 / 1 - 6020 Innsbruck

Fon 0512 - 56 23 14

Mobil 0664 - 324 20 40

[www.yoga-tirol.at](http://www.yoga-tirol.at)

[office@yoga-tirol.at](mailto:office@yoga-tirol.at)