

Gültig ab 1. Februar 2020

Preise

5 Einheiten
 10 Einheiten
 20 Einheiten
 Einzelne Stunde
 Schnupperkarte
 Yogatherapie*
 Schwangere*

90 Minuten / 75 Minuten

€ 80,- / 65,-
 € 150,- / 125,-
 € 260,- / 215,-
 € 18,- / 15,-
 € 30,- (3 Einheiten)
 € 175,- (5 Einheiten)
 € 80,- (5 Einheiten)

alle Karten sind
 6 Monate
 ab Kaufdatum gültig

Yoga 1

Ziel der Kurse ist das Erlernen der grundlegenden Yogahaltungen (Asanas), wobei der Schwerpunkt den Stehhaltungen gilt. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Yoga 1-2

Einfache und grundlegende Asanas werden gelernt und geübt, je nach Vorkenntnissen und Bedürfnissen der Teilnehmer.

Yoga 2-3

Voraussetzung ist eine mehrjährige regelmäßige Übungspraxis im Iyengar Yoga.

Schwangere

Yogaprogramm speziell abgestimmt auf werdende Mütter (Anmeldung erforderlich).

Therapie

Üben eines individuellen Programmes bei gesundheitlichen Problemen (Anmeldung erforderlich).

Bitte beachten Sie, dass es gelegentlich zu Ausfällen einzelner Klassen im Semester kommen kann. Die Ausfall-Termine werden unter www.iyengaryoga.at regelmäßig aktualisiert.

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
8:30–10:00 Yoga, englisch Idan (S1)	8:00–9:30 Yoga 1–2 Christian (S2)	8:45–10:00 Yoga 1 Laura (S2)	08:30–10:00 Yoga 2 Claudia W. (S2)	8:45–10:15 Yoga 1–2 Theresa (S1)	
10:15–11:45 Yoga 1–2 Nicoletta (S2)	10:30–12:00 Yoga 1–2 Claudia W. (S2)	10:30–12:00 Yoga 2 Elke (S1)	10:30–12:00 Yoga 1–2 Claudia W. (S2)	10:30–11:45 Yoga 1 Theresa (S2)	
16:30–17:30 Kids (6–12J) Nicoletta (S2)		15:45–17:00 Jugendliche Nicoletta (S2)			
	17:45–19:15 Yoga 2–3 Elke (S1)	17:45–19:00 Frauen/Schwan* Elke (S1)	17:45–19:15 Therapie* Claudia/Elke (S1)		
17:45–19:15 Yoga 1–2 Aleks (S1)	18:00–19:15 Yoga 1 Theresa (S2)	17:45–19:15 Yoga 1–2 Fabian (S2)	17:45–19:15 Yoga, englisch Idan (S2)	17:00–18:30 Yoga 1–2 Hannes (S1)	
18:00–19:15 Trainee 10€ Bea (S2)	19:30–21:00 Yoga 1–2 Alois (S1)	19:15–20:45 Yoga 1–2 Elke (S1)	19:30–21:00 Yoga 3 Claudia B. (S1)	18:45–20:45 Yoga 2 Hannes (S1)	
19:30–21:00 Yoga 2 Elke (S1)	19:45–21:00 Yoga 1 Farnaz (S2)	19:30–20:45 Yoga 1 Nicoletta (S2)	19:30–21:00 Yoga 1–2 Laura (S2)		

So

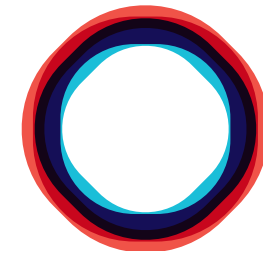
10:00–11:15
 Trainee 10€
 Gerlinde

* nur mit Voranmeldung

S1: Saal 1; S2: Saal 2



Hermannsgasse 18
1070 Wien
+43-677-6160 6808
www.iyengaryoga.at



iyengar
yoga
vienna