

# YOGA ATELIER BERLIN – Kurse 2019

## 1. Jahreshälfte

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.15 - 9.30h Ashtanga Yoga Basic		8.30 – 10.00h Hatha Yoga		8.30 – 10.00h Hatha Yoga
		17.15 - 18.30h Ashtanga Yoga Basic	17.15 - 18.30h Ashtanga Yoga Basic	17.15 - 18.45h Hatha Yoga +
17.45 – 19.15h Hatha Yoga	17.45 – 19.15h Hatha Yoga			<small>Kein Unterricht vom 6. Mai - Ende September</small>
		18.45 – 21.00h MBSR (Winter / Frühsommer)	18.45 – 21.00h MBSR (Frühjahr)	19.00 – 20.30h Themenabend <i>Kurzvortrag und Gespräch</i>
19.30 – 21.00h Hatha Yoga	19.30 – 21.00h Hatha Yoga	MBCL (Frühjahr)	MBCL (Winter / Frühsommer)	

**Kurszyklus 1 Winter**

7. Januar (mo) - 1. März (fr)

**Kurszyklus 2 Frühjahr**

4. März (mo) - 30. April (di)

Am 9. April (Dienstag) sowie Karfreitag, Ostermontag und am 1. Mai ist unterrichtsfrei. Der Kurs *Hatha Yoga+* endet am 3. Mai.

**Kurszyklus 3 Frühsommer**

2. Mai (do) - 2. Juli (di)

Himmelfahrt und der 31. Mai sowie Pfingstmontag und Pfingstdienstag sind unterrichtsfreie Tage.

### Kursgebühren

Ashtanga Yoga Basic	8x 75 min	125€
Hatha Yoga / Hatha Yoga +	8x 90 min	145€
MBSR / MBCL	8x 135 min	325€
Achtsamkeitstag (jeweils 10 - 16h)	1x 6h	60€
Themenabend	1x 90 min	10€
Yoga + Fasten 21.-28. März 2019	5x 75 min	150€
Yoga + Ferien 17.-19. Mai 2019	8x 90 min	180€ (Frühbucher bis 1.12.2018: 150€)