

YOGA ATELIER BERLIN – Kurse 2023

1. Jahreshälfte

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.15 - 9.30h Ashtanga Yoga Basic		8.15 – 9.45h Hatha Yoga		8.15 – 9.45h Hatha Yoga
			17.15 - 18.30h Ashtanga Yoga Basic	17.15 - 19.30h MBCL : Mitfühlend leben bzw.
17.45 – Hatha Yoga	17.45 – 19.15h Hatha Yoga	17.45 – 19.15h Hatha Yoga	18.45 – 21h MBSR : Stressbewältigung durch Achtsamkeit	17.15 - 18.45h Hatha Yoga + Meditation
	19.30 – 21h Hatha Yoga			

		Beginn	Ende
Kurszyklus 1	Winter	2. Jan.	3. Mär.
		Kein Unterricht: 30. Jan. - 3. Feb.	
		Bildungsurlaub 30. Jan. - 3. Feb.	MBSR-Kompaktkurs
Kurszyklus 2	Frühjahr	6. Mär.	12. Mai.
		Ersatztermin für: 1. Mai.	3. Apr.
		Kein Unterricht: 4. - 14. April	
Kurszyklus 3	Frühsommer	15./16. bzw. 24. Mai	14. Jul.
		Kein Unterricht: 17. - 19. Mai sowie 23. + 29. Mai	

Kursgebühren			
Ashtanga Yoga Basic	8x 75 min		135 €
Hatha Yoga	8x 90 min		155 €
Hatha Yoga + Meditation	8x 90 min		155 €
Oasen der Stille (Meditation)	8x 75 min		135 €
MBSR / MBCL	8x 135 min	+ Übungsmaterial	345 €
Achtsamkeitstag (18.2./29.4./1.7.)	6x 45 min		65 €

SPECIALS			
MBSR kompakt	am Wohnort	30. Jan. - 3. Februar	345 €
Yoga+ Fasten	am Wohnort	16. - 23. März	165 €
Achtsamkeit Basics	am Wohnort	22./23. April	245 €

Stand: 7.8.22 - Aktuelle kurzfristige Änderungen sowie weitere Angebote unter:

yoga-atelier-berlin.de