

YOGA ATELIER BERLIN – Kurse 2023

2. 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 - 19.15h MBCL : Mitfühlend leben	17.15 - 18.30h Ashtanga Yoga Basic	17.15 - 18.45h Hatha Yoga + Meditation
17.45 – Hatha Yoga	17.45 – 19.15h Hatha Yoga		18.45 – 21h MBSR : Stressbewältigung durch Achtsamkeit	
19.30 – 21h Hatha Yoga	19.30 – 21h Hatha Yoga			

	Beginn	Ende
Kurszyklus 1 Spätsommer / Herbst	21.8.	27. Okt.
	Kein Unterricht:	9.-20.Okt.
	Bildungsurlaub	14.-18. August MBSR-Kompaktkurs
Kurszyklus 2 Herbst / Winter	30. Okt.	22. Dez.

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	8x 135 min	+ Übungsmaterial	345 €
MBCL	8x 120 min	+ Übungsmaterial	325 €
Achtsamkeitstag (30. Sep. / 9. Dez.)	6x 45 min		65 €

SPECIALS			
MBSR kompakt	am Wohnort	14. - 18. August	345 €
Yoga+ Fasten	am Wohnort	14. - 21. Sept.	165 €
Achtsamkeit Basics	am Wohnort	14./15. Okt.	245 €
Yoga-Wochenende	Rosenwaldhof	17.-19. November	195 €

Stand: 7.11.22 - Aktuelle kurzfristige Änderungen sowie weitere Angebote unter:

yoga-atelier-berlin.de