

LEHRER/INNEN

Alle Lehrer_innen die an unserem Institut unterrichten, sind zertifizierte Iyengar® Yoga Lehrer_innen

Annette Herrenleben

ausgebildet am Ramamani Iyengar
Memorial Yoga Institute (RIMYI)
in Pune/Indien

Claudia Böhm

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut
in San Francisco/USA

Hermann Traitteur

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut
in San Francisco/USA

Anna Pohlmann

ausgebildet vom Berufsverband (BIYVD)

Elke Gutsell

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Inger Kühn

ausgebildet vom Berufsverband (BIYVD)

Julia Ehlert

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Rita Kupfer

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Martín Núñez

ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

PREISE

60 Minuten: 12,- €

90 Minuten: 15,- €

60 Minuten 10er Karte: 100,- €

90 Minuten 10er Karte: 130,- €

für Schüler und Studenten/innen

60 Minuten: 10,- €

90 Minuten: 13,- €

60 Minuten 10er Karte: 80,- €

90 Minuten 10er Karte: 110,- €

10er Karte maximal 3 Monate gültig

Erwerb von 10er Karten:

Lehrergebundene Karten direkt beim jeweiligen Lehrer

Flexible nicht lehrergebundene Karten im Yoga Mitte Laden

Di-Do 15-19 Uhr, Sa 11-15 Uhr

IYENGAR YOGA INSTITUT BERLIN

Torstr. 126, 10119 Berlin (U Rosenthaler Platz)

info@iyengar-yoga-berlin.de

Tel 030 - 285 99 7-89 Fax -90

facebook.com/IyengarYogaBerlin

www.iyengar-yoga-berlin.de



SOMMER
2018
KURSPLAN

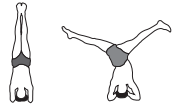
KLASSEN

Juni bis August 2018



Stufe 1

Diese Klassen sind für Anfänger/innen und 60 Min. lang.



Stufe 2 & 3

Die Klassen sind 90 Min. lang und offen für Iyengar-Yogaübende mit Erfahrung.

Frauen

ausschließlich Frauen, auch Schwangere.

Yoga ab 55

offen für Yogaübende ab 55 Jahren.

Regenerativ

energiespendende Yogahaltungen, offen für alle Stufen, auch Schwangere.

MS

offen für Yogaübende mit Multipler Sklerose.

Therapie

keine offene Klasse, Teilnahme nur nach Anmeldung möglich.

KK

Bezuschussung durch gesetzliche Krankenkassen.



Stufe 1 & 2

Die Klassen sind 90 Min. lang und offen für Anfänger/innen und Geübte. Neben den grundlegenden Yogahaltungen werden Kopf- und Schulterstand unterrichtet.



Stufe 3

Der Unterricht dauert 90 Min. Voraussetzungen:
- eine regelmäßige Iyengar Yoga-Übungspraxis
- freier Kopf- und Schulterstand
- ein Vorgespräch



Stufe 2

Diese Klasse ist 90 Min. lang und offen für Yogaübende, die mit dem Kopfstand schon vertraut sind (gegen die Wand oder frei im Raum).



Pranayama

Keine offene Klasse. Voraussetzung ist ein persönliches Vorgespräch mit Annette

MO

DI

MI

DO

FR

SA



8.00 – 9.30

Claudia / KK (EG)

Yoga ab 55

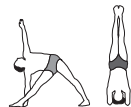
10.00 – 11.30

Claudia (EG)

Therapie 1

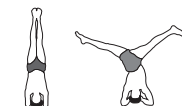
16.00 – 17.30

Claudia / Annette



17.00 – 18.30

Anna / KK (1. OG)



19.00 – 20.30

Claudia / KK (EG)



19.30 – 20.30

Rita (1. OG)



18.00 – 19.00

Elke (1. OG)



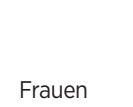
18.00 – 19.30

Annette (EG)



20.00 – 21.30

Rita (EG)



Frauen

10.00 – 11.30

Inger (EG)

MS

16.00 – 17.30

Martin (3. OG)

Regenerativ

18.30 – 20.00

Elke (3. OG)



18.00 – 19.00

Martin (1. OG)



18.00 – 19.30

Claudia / KK (EG)



20.00 – 21.00

Martin (1. OG)



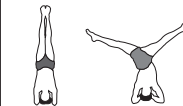
10.00 – 11.30

Julia (EG)



17.30 – 19.00

Elke (1. OG)



19.00 – 20.30

Elke (EG)



19.30 – 20.30

Julia (englisch) (1. OG)



9.00 – 10.30

Inger / KK (EG)

Therapie 2

17.00 – 18.30

Hermann

Therapie 1

19.00 – 20.30

Hermann / Annette



17.30 – 18.30

Annette (EG)



17.30 – 18.30

Anna / KK (1. OG)



19.00 – 20.30

Martin (1. OG)



11.00 – 12.30

Anna (1. OG)

SO



11.00 – 12.30

Anna (1. OG)



18.00 – 19.30

Anna (1. OG)