

Termine 1. Halbjahr 2025

Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni
Mi, 08.01.	Mi, 05.02.	Mi, 05.03.	Mi, 02.04.	Mi, 07.05	Mi, 11.06.
Do, 09.01.	Do, 06.02.	Do, 06.03.	Do, 03.04.	Do, 08.05.	Do, 12.06.
Mi, 15.01.	Mi, 12.02.	Mi, 12.03.	Mi, 09.04.	Mi, 14.05.	Mi, 18.06.
Do, 16.01.	Do, 13.02.	Do, 14.03.	Do, 10.04.	Do, 15.05.	Mi, 25.06.
Mi, 22.01.	Mi, 19.02.	Mi, 19.03.	Mi, 23.04.	Mi, 21.05.	Do, 26.06.
Do, 23.01.	Do, 20.02.	Do, 20.03.	Do, 24.04.	Do, 22.05.	
Mi, 29.01.	Mi, 26.02.	Mi, 26.03.	Mi, 30.04.	Mi, 28.05.	
Do, 30.01.		Do, 27.03.			

Ganzheitliches Prana Yoga

1. Halbjahr 2025



Ganzheitliches Prana Yoga ist **kein** Power Yoga und **keine** Akrobatik. Jeder kann beginnen!

Die für bewegliche und unbewegliche Menschen gleichermaßen geeigneten Yoga-Übungen unterstützen den ehrlichen Umgang mit sich selbst.

Mit fortschreitender Übung erhöht sich Deine Körper- und Selbstwahrnehmung. Du wirst beweglicher, widerstandsfähiger, kraftvoller, klarer und ruhiger, aber auch gesünder.

Sanft wirst Du in die verschiedenen gesundheitsfördernden Übungen sowie in die Entspannungsphasen geführt.

Dieses Yoga ist regenerativ und lädt Deine Batterien wieder auf.



Termine

Siehe Rückseite

jeweils Mi, 9-30 – 11-00 Uhr
Do, 19.00 – 20-30 Uhr

Teilnahme via Zoom

Kosten

Einzelstunde: € 18,-
10er Block: € 160,-
(10 Einheiten á € 16,-,
Termine innerhalb von 6 Monaten frei wählbar)
Semesterkarte: € 300,-
(6 Monate lang bis zu 2 x pro Woche teilnehmen)

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Information & Anmeldung:

Institut für Energiearbeit

Tel 01 408 54 55

Mail office@energie-institut.com

Web www.energie-institut.com

