



# YOGA

Schule Werder



lebe den Yoga -  
erlebe dich selbst

[www.yogaschule-werder.de](http://www.yogaschule-werder.de)

# Kursprogramm

montag	lehrer	stil
09.00h - 10.30h	annette	<b>hatha yoga - anusara®elements</b>
16.00h - 17.30h	annette	<b>hatha yoga - anusara®elements</b>
18.00h - 19.30h	eva	<b>sanfter hatha yoga</b>
20.00h - 21.30h	eva	<b>sanfter hatha yoga</b>
dienstag		
08.30h - 10.00h	eva	<b>sanfter hatha yoga</b>
10.30h - 12.00h	eva	<b>hatha yoga im alter</b>
18.00h - 19.30h	katrin	<b>faszien hatha yoga*</b>
20.00h - 21.30h	katrin	<b>faszien hatha yoga</b>
mittwoch		
09.00h - 10.30h	katrin	<b>faszien hatha yoga</b>
11.00h - 12.30h	katrin	<b>yoga - rückbildung mit baby</b>
18.00h - 19.30h	annette	<b>hatha yoga - anusara®elements</b>
20.00h - 21.30h	annette	<b>hatha yoga - anusara®elements</b>
donnerstag		
09.00h - 10.30h	annette	<b>hatha yoga - anusara®elements</b>
16.00h - 17.30h	gunda	<b>hatha yoga - kraftvoll, leicht + entspannend</b>
18.00h - 19.30h	annette	<b>hatha yoga - anusara®elements</b>
20.00h - 21.30h	annette	<b>hatha yoga - anusara®elements</b>
freitag		
09.00h - 10.30h	gunda	<b>hatha yoga - kraftvoll, leicht + entspannend</b>
11.00h - 12.00h	annette	<b>yoga als therapie - einzelstunde</b> (auch andere Termine möglich)
15.30h - 17.00h	grit	<b>hatha yoga - flow</b>

**Bezuschussung durch die Krankenkasse** (Zentrale Prüfstelle Prävention) | \*für Schwangere geeignet  
Sommerpause 23.7. - 5.8.2018

YOGAKURS 8 Wochen 1x wöchentlich: EUR 90.- / YOGAKURS 8 Wochen 2x wöchentlich: EUR 155.- / Einzelbesuch: EUR 16.- / Yoga Einzelunterricht/ Yoga als Therapie 1 x 60 Min. 60,- | 6 x 60 Min. 320,- / Zuschussung durch die Krankenkasse (ZPP) / Probestunde kostenlos



**Yogaschule Werder**  
Annette Franke  
Yogalehrerin BDY/ EYU - Anusara®Elements

Luise-Jahn-Str. 6a  
14542 Werder (Havel)/OT Glindow

Fon: 03327 / 567450  
Fax: 03327 / 567451  
Mobil: 0171 / 8399330

[www.yogaschule-werder.de](http://www.yogaschule-werder.de)  
[info@yogaschule-werder.de](mailto:info@yogaschule-werder.de)