

# YOGA – STUNDENPLAN

## HERBST 2019 / AB 30. SEPTEMBER IN FERNITZ

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

8.00  
8.15  
8.30  
8.45  
9.00  
9.15  
9.30  
9.45  
10.00  
10.15  
10.30  
10.45  
11.00  
11.15  
17.00  
17.15  
17.30  
17.45  
18.00  
18.15  
18.30  
18.45  
19.00  
19.15  
19.30  
19.45  
20.00  
20.15  
20.30

8.30 - 9.50  
ANFÄNGER  
Veronika

8.30 - 9.50  
Karin/Birgit

10.00 - 11.20  
Karin/Birgit

8.30 - 9.50  
Karin/Birgit/  
Veronika

16.00 - 16.50  
KINDERYOGA  
Miriam

17.30 - 18.45  
FASZIENYOGA  
YIN YOGA  
Birgit/Ina

17.30 - 18.50  
Michaela

19.00 - 20.15  
INSIDE FLOW  
FITFLOWFLY  
Birgit/Ina

17.30 - 18.50  
Karin/Birgit

18.15 - 19.45  
LU YONG & SVASTHA  
YOGATHERAPIE  
Elisabeth

19.00 - 20.20  
Karin/Birgit

17.30 - 18.50  
ANFÄNGER  
Veronika

19.00 - 20.20  
ANFÄNGER  
Veronika

17.30 - 18.50  
Elisabeth/Birgit/  
Bernadette

19.00 - 20.20  
Elisabeth/Birgit/  
Bernadette

Preise:

ANFÄNGER

100 EUR für 10 geblockte Einheiten (EH) á 80 min.

MITTELSTUFE

100 EUR (10 EH á 80 min.)

JEDERMANN/  
FRAU

LU YONG: 100 EUR (8 EH á 90 min.)

FORTGESCHRITTENE

FASZIENYOGA/YIN YOGA bzw.  
INSIDE FLOW/FITFLOWYOGA:  
100 EUR (8 EH á 75 min.)

KINDER

75 EUR (10 EH á 50 min.)

Anmeldung & Infos unter:

**BIRGIT FRUHMANN**

Dipl. YOGA-Trainerin  
Dipl. SHIATSU-Praktikerin

Tel.: 0664 / 11 06 195

E-Mail: office@surya.st

[www.surya.st](http://www.surya.st)

Alle Kurse finden im Yogaraum "Surya" oder im Yogaraum „Chandra“ in Fernitz (Kalsdorfer Str. 6, 8072 Fernitz-Mellach) statt. Änderungen vorbehalten!

*Sei du selbst der Wandel,  
den du in der Welt sehen willst.*