



YOGA
MIT MONIKA

Iyengar-Yoga in der Scheune

September bis Dezember 2024

LEISTUNGEN

Ein Kurs umfasst 10 Einheiten
zu je 90 Minuten.
10 x 90 Min = 125€
Einzeltermine à 15€

Die Kurskosten sind bei
Kursbeginn fällig
(Bei Buchung des gesamten Kurses
gesamte Kurssumme bezahlen):

Monika Lange
IBAN DE45 7806 0896 0006 409040
BIC GENODEF1HO1

Monika Lange
Iyengar-Yoga-Lehrerin BIYVD

Steinbachstr. 14
95126 Schwarzenbach / S.
Ortsteil Martinlamitz
Tel: 09284/8356
yoga-mit-monika@t-online.de
www.yoga-mit-monika.de

Das spezielle Angebot:

ONLINE-YOGA ÜBER ZOOM
(Dienstag 20.00h – 21.30h)

reguläre Teilnahme möglich
oder die Option wenn Du Dich nicht so
fit fühlst für den Präsenzunterricht
oder als Nachholtermin nutzbar

reguläre Teilnahme bei Zoom – Du in-
vestierst was Du für angemessen hältst



Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung

MONTAG

8.30h – 10.00h und
19.00h – 20.30h

16.09. – 23.09. – 07.10. – 14.10. –
21.10. – 04.11. – 11.11. – 18.11. –
25.11. – 02.12.

DIENSTAG

9.30h – 11.00h und
17.00h – 18.30h und
20.00h – 21.30h online über Zoom

17.09. – 24.09. – 08.10. – 15.10. –
22.10. – 05.11. – 12.11. – 19.11. –
26.11. – 03.12.



MITTWOCH

19.00h – 20.30h

18.09. – 25.09. – 09.10. – 16.10. –
23.10. – 06.11. – 13.11. – 20.11. –
27.11. – 04.12.

DONNERSTAG

19.00h – 20.30h

19.09. – 26.09. – 10.10. – 17.10. –
24.10. – 07.11. – 14.11. – 21.11. –
28.11. – 05.12.



SONDERTERMINE:

Samstagvormittag,
jeweils von 9h – 12h:
am 12.10. – Yoga intensiv,
am 16.11. – Yoga Umkehrhaltungen

Freitag abend Yoga Nidra
am 27.09. 18h und
am 08.11. 18 Uhr

Die Sondertermine finden in der Yogascheune statt.

