

Ayurvedisches Kochen in Köchingen

Dienstag 9. Januar, 16. Januar, 23. Januar und 30. Januar 2018 jeweils von 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr
Kosten: 240,00 € pro Person für 4 Termine (alles inklusive)

Die Treffen enthalten neben dem gemeinsamen Zubereiten von Speisen und Getränken auch Informationen über die Prinzipien des Ayurveda und wie sie in unseren Alltag integriert werden können. Es werden Gerichte für Mahlzeiten wie Frühstück, Mittag- und Abendessen zubereitet, sowie Snacks, Tees und andere Getränke.

Ostern in Rishikesh 2018

Sonntag, 18. März 2018,
bis Sonntag, 1. April 2018
2.480,00 € pro Person (alles inklusive)
Bernd Bachmeier und Jutta Bachmeier-Mönnig,
Yogalehrer/in BDY/EYU

Fastenseminar nach Ayurveda

Freitag, 13. Juli 2018, bis Samstag, 21. Juli 2018
18.30 Uhr bis 20.30 Uhr
„Auf der Tenne“, Poststr. 5, Vechelde - Köchingen
250,00 € pro Person
max. 9 Teilnehmer/innen
Bernd Bachmeier, Yogalehrer BDY/EYU

Zur Quelle des Ganges 2018

Sonntag, 30. September 2018,
bis Sonntag, 14. Oktober 2018
2.980,00 € pro Person (alles inklusive)
Bernd Bachmeier, Yogalehrer BDY/EYU

Die Yogalehrer/innen



Bernd Bachmeier,
Yogalehrer BDY/EYU



Jutta Bachmeier-Mönnig,
Yogalehrerin BDY/EYU



Jana Rothe,
Yogalehrerin BDY/EYU



Esther Grüning,
Yogalehrerin

Yoga-Kurse & Indienreisen ab Januar 2018

Yogaschule Braunschweig
Poststraße 5
38159 Vechelde - OT Köchingen
Telefon: 05302/4900
Telefax: 05302/4902
kontakt@yoga-ayurveda.com

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vormittags / Mittags			Yoga am Vormittag * Für Anfänger/innen und Geübte B. Bachmeier, Poststr. 5, Köchingen 09.00 - 10.30 Uhr		Yoga-Anfängerkurs* mit Jana Rothe, Poststr. 5, Köchingen, 12.00 - 13.30 Uhr
16.00 Uhr - 17.30 Uhr	Yoga-Anfängerkurs * mit Bernd Bachmeier, Poststr. 5, Köchingen		Yoga-Tiefenentspannung * Für Anfänger/innen und Geübte B. Bachmeier, Poststr. 5, Köchingen		
16.30 Uhr - 18.00 Uhr			Hatha-Yoga * mit Jutta Bachmeier-Mönnig, Löwenwall 6, Braunschweig		
17.00 Uhr - 18.30 Uhr		Yoga für Anfänger/innen & Geübte mit Bernd Bachmeier, Bürgerzentrum Vechelde Hildesheimer Str. 5, 1/3 Saal		Yoga-Anfänger-, Aufbaukurs * Schwerpunkt Rückenprobleme mit Bernd Bachmeier, Löwenwall 6, Braunschweig	
17.30 Uhr - 19:00 Uhr		Yoga-Anfängerkurs * mit Jana Rothe, Löwenwall 6, Braunschweig			Yoga Fortgeschrittene I mit Jana Rothe, Löwenwall 6, Braunschweig
18.00 Uhr - 19:30 Uhr	Yoga-Anfängerkurs * Ashtanga-Yoga, Esther Grüning, Löwenwall 6, Braunschweig		Yoga-Anfängerkurs * mit Jana Rothe, Poststr. 5, Köchingen		
18.30 Uhr - 20:00 Uhr				Hatha-Yoga * mit Jutta Bachmeier-Mönnig, Poststr. 5, Köchingen	
19.00 Uhr - 20.30 Uhr		Yoga Fortgeschrittene II mit Bernd Bachmeier, Bürgerzentrum Vechelde Hildesheimer Str. 5, 1/3 Saal	Yoga Fortgeschrittene III mit Bernd Bachmeier, Löwenwall 6, Braunschweig	Yoga Fortgeschrittene II mit Bernd Bachmeier, Löwenwall 6, Braunschweig	
19.15 Uhr - 20.45 Uhr		Yoga Fortgeschrittene I mit Jana Rothe, Löwenwall 6, Braunschweig			Yoga-Anfängerkurs * Schwerpunkt Rückenprobleme Jana Rothe, Löwenwall 6, BS
19.45 Uhr - 21.15 Uhr	Yoga-Anfängerkurs * Schwerpunkt Körperachtsamkeit, Esther Grüning, Löwenwall 6, BS				

Kosten: 160 € pro Person (130 € für Schüler & Studenten) für 10 Termine à 90 Minuten.

Die mit einem * gekennzeichneten Kurse sind für Menschen geeignet, die im Schichtdienst arbeiten.

Die Yoga-Kurse werden von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.