

Indischer Kochabend in Köchingen

Wir kochen ein indisches 4 - Gänge Menü.

Freitag, 15. Juni 2018, 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr

max. Teilnehmerzahl: 8 Personen

Kosten: 65,00 € pro Person (alles inkl.)

Ort: Köchingen, Poststraße 5

Yoga-Sommerferienkurs

Für Anfänger/innen und Geübte

Dienstag, 10. Juli 2018, 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr

max. Teilnehmerzahl: 16 Personen

Kosten: 128,00 € für 8 Termine á 90 Minuten

Ort: Löwenwall 6, Braunschweig

Leitung: Jana Rothe, Yogalehrerin BDY/EYU

Fastenseminar nach ayurved. Grundlagen

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. Teilnehmerzahl: 9 Personen

Bernd Bachmeier, Yogalehrer BDY/EYU

Abenteuer Rishikesh - Nordindien

Omkarananda-Ganga-Sadan-Ashram Rishikesh

Sonntag, 30. September 2018,

bis Sonntag, 14. Oktober 2018

2.480,00 € pro Person (alles inklusive)

max. Teilnehmerzahl: 12 Personen

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
10. April 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
9.00 Uhr - 10.30 Uhr			Yoga am Vormittag * Für Anfänger/innen und Geübte B. Bachmeier, Poststr. 5, Köchingen		
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	ab 24.04.: Yoga-Anfängerkurs * Ashtanga-Yoga, Esther Grüning, Löwenwall 6, Braunschweig				
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	ab 24.04.: Yoga-Anfängerkurs * Körperachtsamkeit, Esther Grüning, Löwenwall 6, BS				

Kosten: 192 € pro Person (160 € für Schüler & Studenten) für 12 Termine à 90 Minuten.
Die mit einem * gekennzeichneten Kurse sind für Menschen geeignet, die im Schichtdienst arbeiten.

Am Dienstag, 1. Mai, Donnerstag, 10. Mai und Montag, 21. Mai findet kein Yoga-Unterricht statt.
Die Yoga-Kurse werden von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.