

## Yoga Retreat im indischen Himalaya

Samstag, 14. Oktober 2023 bis

Samstag, 28. Oktober 2023

Leitung:

Bernd Bachmeier und

Jutta Mönning, Yogalehrer/in BDY/EYU

Kosten:

3.280 € pro Person (alles inklusive)

Bei Anmeldung bis 31. März 2023 gewähren wir einen Frühbucherrabatt in Höhe von 200,00 €.

Zielgruppe:

Yogalehrer/innen und Yoga-Geübte

Weitere Informationen:

[www.yogaschulebraunschweig.de](http://www.yogaschulebraunschweig.de)

## Eine Reise zur „Quelle des Yoga“



## Die Yogalehrer/innen



Bernd Bachmeier,  
Yogalehrer BDY/EYU



Jutta Mönning,  
Yogalehrerin BDY/EYU



Jana Rothe,  
Yogalehrerin BDY/EYU



Heide Wolfert,  
Yogalehrerin Basic BDY



Dr. Frauke Grenzer,  
Yogalehrerin Basic BDY



Karin Bäumler,  
Yogalehrerin BDY/EYU  
Ergotherapeutin



Claudia Hellmann,  
Yogalehrerin SKA



Sandra Baake,  
Yogalehrerin Basic BDY



Gisela Golling,  
Yogalehrerin Basic BDY

# Yoga-Kurse ab Montag, 9. Januar 2023 & Indienreise

Yogaschule Braunschweig

Poststraße 5

38159 Vechelde - OT Köchingen

Telefon: 05302/4900

Telefax: 05302/4902

[kontakt@yoga-ayurveda.com](mailto:kontakt@yoga-ayurveda.com)

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 Uhr - 10.30 Uhr	Yoga am Vormittag für Anfänger und Geübte mit Sandra Baake Solarpark Wierthe, Fabrikstr. 6				Yoga am Vormittag für Anfänger und Geübte mit Karin Bäumlner, Löwenwall 6, Braunschweig
15.30 Uhr - 17.00 Uhr					Yoga-Anfängerkurs mit Gisela Golling, Löwenwall 6, Braunschweig
16.30 Uhr - 18.00 Uhr				Hatha-Yoga Intensiv mit Jutta Mönning, Solarpark Wierthe, Fabrikstr. 6	
17.00 Uhr - 18.30 Uhr	Yoga für Anfänger und Geübte mit Sandra Baake, Löwenwall 6, Braunschweig	Yoga für Geübte mit Claudia Hellmann, Fabrikstr. 6, Wierthe	Yoga für Anfänger/innen & Geübte Sandra Baake Löwenwall 6, Braunschweig Yoga für Anfänger/innen & Geübte mit Jutta Mönning, Online Veranstaltung	Yoga für Fortgeschrittene mit Karin Bäumlner, Löwenwall 6, Braunschweig	
17.30 Uhr - 19:00 Uhr		Yoga-Aufbaukurs mit Gisela Golling, Löwenwall 6, Braunschweig			Yoga für Fortgeschrittene mit Jana Rothe Löwenwall 6, Braunschweig
18.00 Uhr - 19:30 Uhr	Yoga für Geübte mit Heide Wolfert, Solarpark Wierthe, Fabrikstr. 6				
18.30 Uhr - 20:00 Uhr				Yoga für Geübte mit Jutta Mönning, Solarpark Wierthe, Fabrikstr. 6	
19.00 Uhr - 20.30 Uhr		Yoga für Fortgeschrittene mit Claudia Hellmann, Fabrikstr. 6, Wierthe	Yoga für Fortgeschrittene mit Sandra Baake, Löwenwall 6, Braunschweig	Yoga-Anfängerkurs Tiefenentspannung mit Karin Bäumlner, Löwenwall 6, Braunschweig	
19.30 Uhr - 21.00 Uhr		Yoga für Fortgeschrittene mit Jana Rothe, Löwenwall 6, Braunschweig			
20.00 Uhr - 21.30 Uhr	Yoga-Anfängerkurs, Schwerpunkt Entspannung mit Gisela Golling, Solarpark Wierthe, Fabrikstr. 6 Yoga für Anfänger & Geübte mit Dr. Frauke Grenzer, Löwenwall 6, Braunschweig				

Kosten: 240 € pro Person für 12 Termine à 90 Minuten.

Die Yoga-Kurse werden von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.