

## HATHA Yogakurse

### in Aflenz Kurort und Aflenz-Land

#### **Aflenz Kurort Kurs I**

Beginn: Montag 16. Jän.2012  
Uhrzeit: 17h – 18h30  
Kosten: 11,- Einheit oder € 50,-/ 5 EH  
Ort: Turnsaal des REHAB Aflenz

Dieser Kurs eignet sich für Anfänger und auch für alle die einen Yoga Kurs nicht regelmäßig besuchen können.  
Jeden Montag außer an schulfreien Tagen

#### **Aflenz Kurort Kurs II**

Beginn: Montag 16. Jän.2012  
Uhrzeit: 19h – 20h30  
Dauer: 10 Einheiten  
Kosten: € 100,-  
Ort: Turnsaal des REHAB Aflenz

Intensives Üben und Halten der Asanas, Atemübungen und Meditation unterstützen um tiefer in die Yogapraxis einzutauchen.

#### **Aflenz- Land Kurs III**

Beginn: Dienstag 17. Jän.2012  
Uhrzeit: 19h15 – 20h45  
Kosten: 11,- Einheit oder € 50,-/ 5 EH  
Ort: Turnsaal der VS Graßnitz

Dieser Kurs eignet sich für Anfänger und auch für alle die einen Yoga Kurs nicht regelmäßig besuchen können.  
Jeden Dienstag außer an schulfreien Tagen

#### **Aflenz- Land Kurs IV Yoga am Vormittag**

Beginn: Donnerstag 19.Jän.2012  
Uhrzeit: 9h-10h30

Dauer: 10 Einheiten  
Kosten: € 100,-  
Ort: Seminarraum Lenger Draiach 5

Dynamischer Yoga am Morgen. Yogapraxis oder ein gutes Körpergefühl sind von Vorteil.

### **Aflenz-Land Kurs V**

Beginn: Donnerstag 12. April 2012  
Uhrzeit: 19h15-20h45  
Dauer: 8 Einheiten  
Kosten: € 80,-  
Ort: Turnsaal der VS Graßnitz

Intensives Üben und Halten der Asanas, Atemübungen und Meditation unterstützen um tiefer in die Yogapraxis einzutauchen.

Ich freue mich sehr auf eine gemeinsame Yoga-Zeit.

Mit lieben Grüßen Ursula Kaiser

Namaste

Ich bitte um Voranmeldung zu den Kursen **0664 87 46 496** oder  
[ursula@yoga-zeit.at](mailto:ursula@yoga-zeit.at) Vielen Dank!

Jeder Kursteilnehmer kommt und übt in eigener Verantwortung. Von Seiten der Veranstalter/Yogalehrerin wird keinerlei Haftung/Verantwortung übernommen. Die Anmeldung ist verbindlich. Ich bitte um Verständnis das keine Bargeldrückgabe möglich ist. Der Kursbeitrag ist am Ende der ersten Einheit zu entrichten. Versäumte Einheiten können innerhalb eines halben Jahres in den "freien" Abenden nachgeholt werden.

P.S.: Wenn Sie aus meinem E-Mail Verteiler genommen werden möchten, senden Sie mir bitte ein Retourmail an: [ursula@yoga-zeit.at](mailto:ursula@yoga-zeit.at) mit dem Wortlaut: "Danke, keine weiteren Mails!"