Lebensschule - Zentrum für Gesundheit, Spiritualität und Yoga

Maienstraße 19, D-72250 Freudenstadt - www.shivani-lebensschule.de – 07441 863039

Montag	Dienstag	Donnerstag	Freitag
		Soft Yoga/Anfänger **8:30 bis 9:45 Uhr** Kurs mit10 Einheiten 155, €	
Yoga in der Schwangerschaft **19:00 bis 20:00 Uhr** Kurs mit 8 Einheiten 135,- €	**Yoga sanfte Mittelstufe/Wieder-einsteiger** **18:00 bis 19:30 Uhr** Kurs mit 10 Einheiten 160,- € Plus Meditation **18:00 bis 20:00 Uhr** 12 Einheiten 190,- €	**Yoga auf und mit dem Stuhl** Bei oder nach Erkrankung oder zu Erlangung von Gelenkigkeit **10:30 bis 11:30** Kurs mit 8 Einheiten 150,- €	
Yoga Anfänger/Wieder-einsteiger Sehr sanftes Yoga bei oder nach einer Krebserkrankung inklusive Heilmeditationen **20:05 bis 20:50** 45 min Yoga am Abend Kurs mit 8 Einheiten 150,- €	**Yoga Mittelstufe** Vorkenntnisse erwünscht **19:30 bis 21:30 Uhr** Kurs mit12 Einheiten einschließlich Meditation 200,- € ohne Meditation **20:00 bis 21:30 Uhr** 10 Einheiten 160 €	**Softyoga/Anfänger** **18:00 bis 19:15 Uhr** Kurs mit 10 Einheiten 155,- € Einschließlich Meditation 180 € **Kurs Meditation** **19:20 bis 20:05** 10 Einheiten 80,-- €	**Sonnenscheinyoga** **Offene Yogastunde** **17:00 bis 18:00** Pro Stunde 18 € Mit der 10er Karte 17 € Anmeldung 24 h vorher: offenestunde.fds@ gmail.com

- Neu: **Sonnenscheinyoga** (als Offene Stunde) vom 15. März bis zum 15. Dezember 2024
  aktiviere dein inneres Leuchten, wirke Ängsten, Verstimmungen und dem Ausgebrannt sein, positiv entgegen

- Die **Offene Stunde** - Zehnerkarte dafür 170,- €, Gültigkeit 4 Monate, Einzelne offene Yogastunde 18,- €
  Damit kannst du alle Kurse besuchen und freitags das „Sonnenscheinyoga“ Anmeldung dazu immer bis 24 Stunden vorher, unter: offenestunde.fds@gmail.com
  Du bekommst per Mail eine Bestätigung, ob für dich ein Platz reserviert ist

- **Yogakurse**: Krankenkassenzuschuss ist möglich. Kontaktiere dazu deine Krankenkasse
  Probestunde,15,- €, einzelne Yogastunde 18,- €. Falls du KursteilnehmerIn bist, offenen Stunde, 15,-€
  Bestimme zum Kurs deinen Kursbeginn selbst, dann beginne **kontinuierlich** bei all deinen Terminen anwesend zu sein

- **Yogatherapie/ Einzelstunden/Privatstunden:**
  Ich erstelle nach Anamnese und Untersuchung für dich einen Übungsplan, eine eigene Therapeutische Yogareihe um deinen Beschwerden entgegen zu wirken. Die Gebühr beträgt für 60 min, 70 -€

Shivani Ingrid Reutter, Heilpraktikerin
Ganzheitliche Yogatherapeutin, Yoga – und Meditationslehrerin