

Yoga Vidya Freudenstadt - Lebensschule - Zentrum für Gesundheit

Maienstraße 19, D-72250 Freudenstadt – freudenstadt@yoga-vidya.de - www.shivani-lebensschule.de – 07441 863039

Montag	Dienstag	Donnerstag	Freitag
		Soft Yoga/Anfänger 8:30 bis 9:45 Uhr Kurs mit 10 Einheiten 140,- €	
Yoga in der Schwangerschaft 19:00 bis 20:00 Uhr Kurs mit 8 Einheiten 130,- €	Yoga sanfte Mittelstufe/Wiedereinsteiger 18:00 bis 19:30 Uhr Kurs mit 10 Einheiten 140,- € 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/Wiedereinsteiger Sehr sanftes Yoga bei oder nach einer Krebserkrankung inklusive Heilmeditationen und Ernährungstipps 20:05 bis 21:05 Davon 45 min Yoga Kurs mit 8 Einheiten 150,- €	Yoga Mittelstufe Vorkenntnisse erwünscht 19:30 bis 21:30 Uhr Kurs mit 12 Einheiten einschließlich Meditation 200,- € ohne Meditation 20:00 bis 21:30 Uhr 10 Einheiten 155 €	Softyoga/Anfänger 18:00 bis 19:15 Uhr Kurs mit 10 Einheiten 140,- € Einschließlich Meditation 180 € <hr/> 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