



Kursplan ab Januar 2025

Montag	Beginn 27.1.25 – 31.3.25	18:30 – 19:30	Yoga am Abend 8 x 60 min. Kosten: 96 €	Montessori Kinderhaus Arche Noah, In der Hühene 28, 53797 Lohmar-Donrath
	Beginn 27.1.25 – 31.3.25	19:45 – 20:45	Yoga am Abend 8 x 60 min. Kosten: 96 €	s.o.
Dienstag	Beginn 28.1.25 – 1.4.25	18:00 – 19:00	Yoga am Abend 8 x 60 min. Kosten: 96 €	Kita Sternschnuppe Weihenweg 35 Lohmar - Weegen
	Beginn 28.1.25 – 1.4.25	19:15 – 20:15	Yoga am Abend 8 x 60 min. Kosten: 96 €	s.o.
Freitag	Beginn 31.1.2025 – 5.4.25	9:00 – 10:00	Yoga am Morgen 8 x 60 min. Kosten: 96 €	Jennzin Tanz+ Fitness Wahlscheider Str. 14 Lohmar-Wahlscheid

Die Kurse werden nach §20 SGB 5 von den Krankenkassen bezuschusst. 😊

Yoga Retreats 2025

Freitag – Sonntag	14.3.- 16.3.25	Fr.15:00 – So.13:00	Weitere Info's unter: www.zeitundraum.yoga	Haus Neuglück in Königswinter
Sonntag - Freitag	13.7. – 18.7.25		Pilates/Yoga-Reise SPECIAL 2.0	Warth Österreich
Samstag - Samstag	19.7. – 26.7.25		Pilates/Yoga-Reise 4.0	Warth Österreich
Samstag - Samstag	4.10. – 11.10.25		Pilates/Yoga auf Madeira 1.0	Madeira

Der Kursanteil wird nach §20 SGB 5 von den Krankenkassen bezuschusst. 😊

Alle Info's zu den Yoga und Pilates Retreats sind unter: **www.zeitundraum.yoga** zu finden.

Workshops

Freitag	Ab März 2025	19:00 – 20:30	Yoga & Meditation Termin und Ort werden auf der Homepage bekannt gegeben Kosten: 15 €/Termin	Lohmar
----------------	-----------------	------------------	---	--------

Einzelcoaching

- Yoga Einzelstunden
- Yogatherapie

und

ThaiYoga Massage

Termin nach telefonischer Vereinbarung.

Kosten: 60 min	60 €
75 min	75 €
90 min	90 €