



TERMINE FÜR YOGA ANGEBOTE

YOGAKURSE WÖCHENTLICH - Beginn der Kurse: ab 13. Januar 2020

MONTAG

MO: 18:00 - 19:30 Uhr	AYAS® YOGA KURS - YOGA after work (Christina)
MO: 20:00 - 21:30 Uhr	AYAS® YOGA KURS – Ein Leben in Balance (Christina)
MO: 20:00 - 21:15 Uhr	VINYASA FLOW - HATHA YOGA-KURS (Wiebke)

DIENSTAG

DI: 9:00 - 10:30 Uhr	AYAS® YOGA KURS am Morgen (Christina)
DI: 18:00 - 19:15 Uhr	AYAS® YOGA KURS für Schwangere (Wiebke)
DI: 20:00 - 21:15 Uhr	YOGA KURS – Yoga Philosophie fürs Leben (Wiebke)

MITTWOCH (Christina)

MI: 18:30 - 19:45 Uhr	AYAS® YOGA KURS - Quelle innerer Kraft
MI: 20:00 - 21:30 Uhr	AYAS® YOGA KURS - Ein Leben in Balance

DONNERSTAG (Wiebke)

DO 18:30 - 19:45 Uhr	AYAS® YOGA KURS - eine Wohltat für Körper & Geist
DO: 20:00 - 21:00 Uhr	MEDITATIONS-KURS - Zeit für Stille-Zeit für dich

FREITAG (Wiebke)

FR: 18:00 - 19:30 Uhr	AYAS® YOGA KURS - ATEM IST LEBEN - prānāyāma
-----------------------	--

Den jeweils neuen Kursstart der Folgekurse finden Sie unter:

www.yoga-akademie-ayas.de/yoga-kurse-allgaeu/wochenplan-yogakurse/

YOGA WORKSHOPS

21. Juni 2020 PROGRAMM ZUM INTERNATIONALEN TAG DES YOGA

Information: <https://www.yoga-akademie-ayas.de/weiterbildung/workshops/>

WEITERE TERMINE UND ANGEBOTE UNTER:

Info Yoga: www.yoga-akademie-ayas.de | Info Meditation: www.integrable-meditation-heute.de

E-Mail-Kontakt: Christina Tetzner ayas-info@email.de | Wiebke Zint ayas-office@email.de

YOGA WOCHENENDSEMINARE

11. bis 12. Januar 2020	Viveka Chudamani - das Kleinod der Unterscheidung
18. bis 19. Januar 2020	Kursleiterschulung für Yogalehrende
22. bis 23. Februar 2020	Schätze altindischer Weisheit Nadi, Cakra, Kundalini
07. bis 08. März 2020	Die Philosophie der Umkehr im Hatha Yoga

! Anmeldung zu jedem Termin ist bis spätestens 2 Tage vorher (18:00 Uhr) erforderlich

Informationen: <https://www.yoga-akademie-ayas.de/weiterbildung/yoga-seminare/>

WEITERBILDUNG für Yogainteressierte, Yogalehrende & angrenzende Berufe
(Bildungsurlaub möglich)

05. bis 09. Februar 2020	YOGA - für Schwangere und Frauengesundheit
07. bis 12. Juni 2020	Philosophie des Yoga Sutra für ein modernes Leben
24. bis 28. August 2020	Integrale Meditation und Westöstliche Weisheiten
28. Sept. bis 02. Oktober 2019	YOGA und Vedische Psychologie

! Anmeldung zu jedem Termin ist bis spätestens 3 Wochen vorher (18:00 Uhr) erforderlich

Information: <https://www.yoga-akademie-ayas.de/weiterbildung/weiterbildung/>

BILDUNGS- UND GESUNDHEITSURLAUB

berufliche Weiterbildung im Bereich Stressbewältigung in Bad Hindelang

17. bis 21. Februar 2020	ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH
25. bis 29. Mai 2020	ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH
29. Juni bis 3. Juli 2020	ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH
17. bis 21. August 2020	ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH
12. bis 16. Oktober 2020	ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH
16. bis 20. November 2020	ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH
07. bis 11. Dezember 2020	ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH

! Anmeldung zu jedem Termin ist bis spätestens 3 Wochen vorher (18:00 Uhr) erforderlich

Informationen:

<https://www.yoga-akademie-ayas.de/bildungsurlaub/zeit-fuer-stille-zeit-fuer-dich/>

YOGALEHRAUSBILDUNG

11. Januar 2020	Infotag Yogalehrerausbildung BDY/EYU
23. Februar 2020	Infotag Yogalehrerausbildung BDY/EYU
16. März 2020	Yogalehrerausbildung BDY/EYU- Startseminar
25. Juli 2020	Yogatherapie Ausbildung - Startseminar

Information: <https://www.yoga-akademie-ayas.de/ausbildung/yogalehrausbildung/>

WEITERE TERMINE UND ANGEBOTE UNTER:

Info Yoga: www.yoga-akademie-ayas.de | Info Meditation: www.integrale-meditation-heute.de

E-Mail-Kontakt: Christina Tetzner ayas-info@email.de | Wiebke Zint ayas-office@email.de



MEDITATIONSKURS Start: 9. Januar 2020

DO: 20:00 - 21:00 Uhr

MEDITATIONS-KURS - Zeit für Stille-Zeit für dich

MeditationIN - Gruppentreff

Jeweils von 17:00 bis 18:30 Uhr

- Termin 1: 05. Januar 2020
- Termin 2: 09. Februar 2020
- Termin 3: 08. März 2020
- Termin 4: 05. April 2020
- Termin 5: 03. Mai 2020
- Termin 6: 04. Oktober 2020
- Termin 7: 08. November 2020
- Termin 8: 06. Dezember 2020

Jeweils von 17:00 bis 18:30 Uhr

! Anmeldung zu jedem Termin ist bis spätestens Freitag 18:00 Uhr erforderlich.

Information: <https://www.integrale-meditation-heute.de/meditation-in-gruppe/>

MEDITATIONSTAGE IM ALLGÄU

Jeweils von 10:00 bis 16:00 Uhr

- Termin 1: 10. April 2020
- Termin 2: 21. Mai 2020
- Termin 3: 15. August 2020
- Termin 4: 27. September 2020
- Termin 5: 13. Dezember 2020

! Anmeldung zu jedem Termin ist bis spätestens 2 Tage vorher (18:00 Uhr) erforderlich.

Information: <https://www.integrale-meditation-heute.de/meditationstage/meditationstage/>

MEDITATION & YOGA INTENSIV

ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH | Schweigewoche in Schloss Melschede

Termin 1: 15. bis 20. März 2020

Termin 2: 25. bis 30. Oktober 2020

! Anmeldung zu jedem Termin ist bis spätestens 3 Wochen vorher (18:00 Uhr) erforderlich.

WEITERE TERMINE UND ANGEBOTE UNTER:

Info Yoga: www.yoga-akademie-ayas.de | Info Meditation: www.integrale-meditation-heute.de

E-Mail-Kontakt: Christina Tetzner ayas-info@email.de | Wiebke Zint ayas-office@email.de