

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
<p>MO 1: 16:15 - 17:30 Uhr AYAS® YOGA KURS FÜR JUGENDLICHE Start: 24. April 2017 Leitung: Christina Tetzner</p>	<p>DI 1: 9:00 - 10:30 Uhr AYAS® YOGA KURS am Morgen EIN LEBEN IN BALANCE Start: 25. April 2017 Leitung: Christina Tetzner</p>	<p>MI 1: 9:30 - 10:45 Uhr AYAS® YOGA KURS am Morgen QUELLE INNERER KRAFT Start: 10. Mai 2017 Leitung: Wiebke Zint</p>	<p>DO 1: 18:30 - 19:45 Uhr AYAS® YOGA KURS QUELLE INNERER KRAFT Start: 11. Mai 2017 Leitung: Wiebke Zint</p>
<p>MO 2: 18:45 bis 19:45 Uhr AYAS® YOGA KURS Eine Wohltat für Körper & Geist (Schwerpunkt Rückengesundheit) Start: 8. Mai 2017 Leitung: Wiebke Zint</p>	<p>DI 2: 18:30 - 19:45 Uhr AYAS® YOGA KURS FÜR SCHWANGERE Start: 9. Mai 2017 Leitung: Wiebke Zint</p>	<p>MI 2: 18:30 - 19:45 Uhr AYAS® YOGA KURS UNBESCHREIBLICH WEIBLICH Frauen in den Wechseljahren Start: 10. Mai 2017 Leitung: Wiebke Zint</p>	<p>DO 2: 20:00 - 21:00 Uhr AYAS® YOGA KURS ZEIT FÜR STILLE - ZEIT FÜR DICH Start: 11. Mai 2017 Leitung: Wiebke Zint</p>
<p>MO3: 18:00-19:30 Uhr AYAS® YOGA KURS YOGA after work Start: 24. April 2017 Leitung: Christina Tetzner</p>	<p>DI 3: 20:00 - 21:15 Uhr AYAS® YOGA KURS eine Philosophie fürs Leben Für Menschen die mehr über Yoga wissen wollen Start: 9. Mai 2017 Leitung: Wiebke Zint</p>	<p>MI 3: 18:45 – 19:45 Uhr AYAS® YOGA KURS Yoga Entspannungstraining Start: 26. April 2017 Leitung: Christina Tetzner</p>	<p>Info & Anmeldung unter:</p> <p>Christina Tetzner Mobil: 160 938 439 54 E-Mail: ayas-info@email.de</p> <p>Wiebke Zint Mobil: 0151 59452954 E-Mail: ayas-office@email.de</p>
<p>MO4: 20:00-21:30 Uhr AYAS® YOGA KURS EIN LEBEN IN BALANCE Leitung: Christina Tetzner</p>		<p>MI 4: 20:00 - 21:30 Uhr AYAS® YOGA KURS EIN LEBEN IN BALANCE Start: 26. April 2017 Leitung: Christina Tetzner</p>	
<p>MO 5: 20:00-21:15 Uhr AYAS® YOGA KURS QUELLE INNERER KRAFT Start: 8. Mai 2017 Leitung: Wiebke Zint</p>		<p>MI 5: 20:00 - 21:30 Uhr YOGA NUR FÜR DEN MANN Leitung: Ludwig Stockinger</p>	
<p>Kursstart der wöchentlichen Kurse ist ab 24. April 2017</p>			

Yoga Kompaktangebote		Meditation Workshops	
14. und 15. August 2017 Zeiten: Sonntag: 15:00 bis 19:00h Montag: 09:30 bis 13:30 h	YOGA WOMEN DAYS Yoga für Frauen jeder Altersklasse Leitung: Wiebke Zint Konzept ID: 20160425-S2350	07. Mai 2017 Workshop-Zeiten: Sonntag: 15:00 bis 18:00h	Von der STILLE berührt Themenbezogenen Meditationsworkshop ¹ Leitung: Wiebke Zint
6. bis 8. Oktober 2017 Zeiten: Freitag: 18:00 bis 20:00h Samstag: 09:00 bis 11:00h & 17:00 bis 19:00 h Sonntag: 09:00 bis 11:00h	BHAVANA - der bewusste Umgang mit Gefühlen Kompaktangebot für Trainer & Führungskräfte Leitung: Christina Tetzner & Wiebke Zint Konzept ID: 20160222-S1919	04. Juni 2017 Workshop-Zeiten: Sonntag: 15:00 bis 18:00h	STILLE kennst du sie noch Meditationsworkshop Leitung: Wiebke Zint
		08. Oktober 2017 Workshop-Zeiten: Sonntag: 15:00 bis 18:00h	
28. Okt. bis 1. Nov. 2017 Zeiten: Täglich von 09:00 bis 11:00h	YOGA - mit allen Sinnen Leben Schwerpunkt: Körperwahrnehmung & Entspannungstraining Leitung: Christina Tetzner Konzept ID: 20151001-S1074	05. November 2017 Workshop-Zeiten: Sonntag: 15:00 bis 18:00h	
15. bis 17. Dezember 2017 Zeiten: Freitag: 19:00 bis 21:00 h Samstag: 09:30 bis 12:30h & 15:30 bis 18:30 h Sonntag: 09:30 bis 12:00h	ZEIT FÜR STILLE- ZEIT FÜR DICH Schwerpunkt: Achtsamkeitsschulung durch Yoga-Meditation Leitung: Wiebke Zint Konzept ID: 20160608-S2689	03. Dezember 2017 Workshop-Zeiten: Sonntag: 15:00 bis 18:00h	Von der STILLE berührt Themenbezogenen Meditationsworkshop Leitung: Wiebke Zint
		23. Dezember 2017 19:30 bis 21:00 h	FRIEDENSMEDITATION 2017
Unsere Kompaktangebote sind entsprechend der Qualitätskriterien des "Leitfadens Prävention" des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung des § 20 Abs. 1 SGB V. von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert und können von den Krankenkassen bezuschusst werden. Da nicht alle Krankenkassen ortsferne Kompaktangebot zahlen, klären Sie bitte bei Bedarf die Bezuschussung der Kompaktangebote vor Kursbeginn mit Ihrer Krankenkasse ab.		INFO & ANMELDUNG UNTER:	
		Christina Tetzner Mobil: 160 938 439 54 E-Mail: ayas-info@email.de	Wiebke Zint Mobil: 0151 59452954 E-Mail: ayas-office@email

¹ Die Themen sind Festtagen oder der Jahreszeit angepasst