

Yoga-Plan Februar bis April 2018

FEBRUAR

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

MÄRZ

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

APRIL

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Montag Mittags-Yoga

Zeit: 12.30 - 13.45 Uhr
Kurskosten: 7 Lektionen / Fr. 175.—

Dienstag Yoga

Zeit: 19.00 - 20.15 Uhr
Kurskosten: 8 Lektionen / Fr. 200.—

Donnerstag Yoga

Zeit: 19.00 - 20.15 Uhr
Kurskosten: 5 Lektionen / Fr. 125.—

Donnerstag ZEN Meditation

Zeit: 20.30 - 21.30 Uhr
Kurskosten: 4 Lektionen / Fr. 60.—

Freitag Yoga

Zeit: 17.15 - 18.30 Uhr
Kurskosten: 6 Lektionen / Fr. 150.—

Wer unterrichtet wann?

Wie ihr alle wisst ist Aleš zeitweise abwesend. Die bezeichneten Stunden werden von ❀Bernadette Zweifel und ⚡Nadine Siegenthaler übernommen.

Info und Anmeldung

Die Kurse finden im Saal an der Gemeindestrasse 19, 8032 Zürich statt. Tram 3 oder 8 bis Hottingerplatz, dann ca. 200m auf der Gemeindestrasse «Richtung See» laufen.

Bitte melden Sie sich baldmöglichst an:

Aleš Urbančik

Tel. 043 888 92 92 oder info@rolfyoga.com

Teilnehmer der Kurse können verpasste Stunden auch an einem anderen Tag nachholen. Drop-in Fr. 30.—

Weitere Infos finden Sie unter: www.rolfyoga.com