



### Einzelunterricht – warum?

Egal, ob du Yoga-Erfahrung hast oder nicht – egal, welches Alter du hast. In meinem Einzelunterricht widme ich mich dir mit all deinen Anliegen. Körperlich und geistig bietet Yoga eine unerschöpfliche Quelle, aus der wir in dieser Stunde gemeinsam schöpfen.

Du bekommst am Ende der Stunde deine eigene Übungsanleitung mit nach Hause und wirst sehr bald spüren, wie gut es dir tut, in deinem Alltag, nach deiner Zeiteinteilung, regelmäßig zu üben. Du spürst mehr Ruhe, bessere Gesundheit, wirst beweglicher und gleichzeitig mental und körperlich stabiler.

Erwachsene:

Erstes Treffen (1,5 h) **50,- EUR**

Jede Folgestunde (1 h) **50,- EUR**

Schüler / Azubi / Studenten **35,- EUR**

Einzelunterricht findet statt im  
 Sonnenblick 4, 89290 Buch, OT Gannertshofen  
 und in der Hafengasse 5, 89073 Ulm  
 oder auf Wunsch bei Dir zu Hause (Preis auf Anfrage)

## KURSPLAN EINZEL

DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
10.00	9.00	10.00	10.00	10.00
11.00	21.00	11.00	11.30	11.30
12.00		15.00	13.00	13.00
16.00		16.00	14.30	14.30
		17.00	16.00	