

Teilnahmebedingungen

1. Mit der Anmeldung für einen der Yogagruppen reservieren wir Ihnen verbindlich einen Platz für die gewählte Gruppe. Mit der Anmeldung bekommen sie dann eine Anmeldebestätigung/ Rechnung zugeschickt. Sollte kein Platz mehr verfügbar sein, geben wir Ihnen umgehend Nachricht.
2. Die Gebühr für eine der Gruppen beträgt € 100.- und wird mit Ihrer Anmeldung fällig. **IBAN: DE90661900000069048714, BIC: GENODE61KA1**
3. Bei Rücktritt bis zu 14 Tagen vor Beginn werden € 25.- Bearbeitungsgebühr berechnet, bei späterer Absage erfolgt keine Rückerstattung der Teilnahmegebühr mehr, sondern Erhalt eines Gutscheins.
4. Versäumte Stunden können Sie **innerhalb des Zeitraums in einer anderen** Gruppe nach Absprache mit der Institutsleitung belegen.
5. Jegliche Haftung seitens des Veranstalters ist ausgeschlossen.

Naturveda Institut
Mittelstr. 10
D - 76227 Karlsruhe

Antwortkarte

Bitte freimachen

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9.00 - 10.30				Yoga V Start: 14.01.	
16.30 - 18.00		Yoga I 16.02.	Yoga A Start: 13.1.		Yoga II 19.02.
18.30 - 20.00	Yoga II 11.01./ 21.03.	Yoga II 12.01./5.04.	Yoga II 17.02./ 27.04.	Yoga II 14.01./ 24.03.	Yoga I 8.01./ 1.04.
20.15 - 21.45	Yoga I 11.01./ 21.03.	Yoga II 12.01./5.04.	Yoga I 13.01./ 23.03.	Yoga I 17.12/ 17.03.	

in Durlach

NATURVEDA INSTITUT

Mittelstr. 10 • D-76227 Karlsruhe-Durlach
 Haltestelle Friedrichschule • Tel. 0721-26924
 www.naturyoga.de • www.naturveda.de

...zur Ruhe kommen

Yoga



Januar - März 2016

NATURVEDA INSTITUT

Mittelstr. 10 • D-76227 Karlsruhe-Durlach
 Haltestelle Friedrichschule • Tel. 0721-26924



Mit Yoga zur Ruhe kommen

Durch die wirkungsvollen Übungen des Yoga und die Zeiten der Nähe zu sich selbst, schöpfen Sie Kraft zur Bewältigung Ihres beruflichen und privaten Alltags. Sie erleben die Ausgeglichenheit Ihres Körpers und die Entspannung Ihrer Gedanken als den natürlichen Zustand Ihres Daseins.



Martin Geiger, Heilpraktiker mit Yoga-Diplom vermittelt im Naturveda-Institut seit über 15 Jahren die heilende Kraft des Yoga und besticht neben dieser langjährigen Erfahrung durch ein hohes Maß an Kompetenz und Qualifikation in der präventiven und therapeutischen Anwendung des Yoga. Viele Beschwerden können mit Yoga direkt und gezielt beeinflusst werden:

- Schlafstörungen, nervöse Unruhe, Verspannungen
- vegetative Beschwerden (Magen/Darm, Herz/Kreisl.)
- Bluthochdruck, niedriger Blutdruck
- Beschwerden der Wirbelsäule/ Rücken
- hormonelle Dysbalancen, Wechseljahresbeschwerden
- Burn out Syndrom, chronische Erschöpfungszustände

Yoga für Anfänger

jeweils 10 Einheiten à 90 min.
einmal die Woche am gleichen Tag

Gebühr: € 100.-

MI.	13.01.16	16.30 - 18.00 Uhr	Martin Geiger
DO.	14.01.16	9.00 - 10.30 Uhr	Helga Sanitz

- Grundstellungen
- Gesunde Körperhaltung
- Richtiges Atmen
- Tiefenentspannung

Yoga Fortgeschrittene I

jeweils 10 Einheiten à 90 min.
einmal die Woche am gleichen Tag

Gebühr: € 100.-

FR.	8.01.16	18.30 - 20.00 Uhr	Martin Geiger
MO.	11.01.16	20.15 - 21.45 Uhr	Martin Geiger
MI.	13.01.16	20.15 - 21.45 Uhr	Martin Geiger
DI.	16.02.16	16.45 - 18.15 Uhr	Helga Sanitz
DO.	17.03.16	20.15 - 21.45 Uhr	Helga Sanitz
MO.	21.03.16	20.15 - 21.45 Uhr	Martin Geiger
MI.	23.03.16	20.15 - 21.45 Uhr	Martin Geiger
FR.	8.04.16	18.30 - 20.00 Uhr	Martin Geiger

- Fortgeschrittenes Yoga
- Sonnengruß
- Pranayama
- Tiefenentspannung

Yoga Fortgeschrittene II

jeweils 10 Einheiten à 90 min.
einmal die Woche am gleichen Tag

Gebühr: € 100.-

MO.	11.01.16	18.30 - 20.00 Uhr	Martin Geiger
DI.	12.01.16	20.15 - 21.45 Uhr	Helga Sanitz
DI.	12.01.16	18.30 - 20.00 Uhr	Helga Sanitz
DO.	14.01.16	18.30 - 20.00 Uhr	Helga Sanitz
MI.	17.02.16	18.15 - 19.45 Uhr	Martin Geiger
FR.	19.02.16	16.30 - 18.00 Uhr	Martin Geiger
MO.	21.03.16	18.30 - 20.00 Uhr	Martin Geiger
DI.	5.04.16	18.30 - 20.00 Uhr	Helga Sanitz
MI.	27.04.16	18.15 - 19.45 Uhr	Martin Geiger

- Fortgeschrittenes Yoga
- Pranayama
- Meditation
- Tiefenentspannung

Ausbildung Ernährungsberater/in

für die eigene Gesundheit und als neues berufliches Standbein.
Infoabende: **Sa. 16.01., 13.02. oder 12.03.** jeweils um **17.30 Uhr.**
Bitte telefonisch oder per Internet anmelden.

ANMELDUNG PER POST ODER FAX 0721 - 9212501

Ja, ich melde mich verbindlich für den folgenden Yogakurs an:

Yoga A / V : _____ Yoga I : _____ Yoga II : _____

Name: _____ Datum: _____

Straße: _____ EMail: _____

PLZ/ Ort: _____ Unterschrift: _____

Ein Verrechnungsscheck/ Überweisungsbeleg über die Kursgebühr von € 100.- liegt bei. IBAN DE9066190000069048714, BIC GENODE61KAI

Ich zahle bar und bringe die Kursgebühr zur ersten Kursstunde mit.