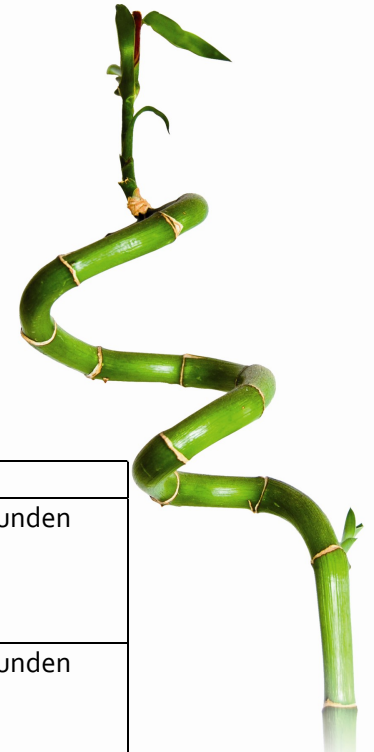


Institut für körperliche & geistige Bewegung

YOGA und SuryaSoul®TANZ: Juli und August 2024 *

MIT ANGELIKA WUKOVITS



Wochentag	Zeitraum	Was	Wo	Organisiert über	Anmeldung
Montag	18.30 - 20.00	YOGA aktiv BEI SCHÖNWETTER IM GARTEN!	Neusiedl am See, KIGA Gartenweg 18 bei Schönwetter IM GARTEN + Online Live über Zoom AUFZEICHNUNG möglich	Zweiklang	Nein, offene Stunden
Dienstag	18.00 - 19.30	YOGA sanft BEI SCHÖNWETTER IM GARTEN!	Neusiedl am See, KIGA Gartenweg 18 bei Schönwetter IM GARTEN + Online Live über Zoom AUFZEICHNUNG möglich	Zweiklang	Nein, offene Stunden
Donnerstag	9.00 - 10.30 ab 27.6. möglich	YOGA sanft Kurs VHS, noch in Planung	Mönchhof Gemeindezentrum Noch nicht fix – mind. 6 TN	VHS Bgld. / Frauenkirchen	Ja, für den gesamten Kurs, unter 021 72 / 88 06, www.vhs-burgenland.at
Samstag	10.00 – 11.30 13. Juli 10. Aug.	SuryaSoul®TANZ	Neusiedl am See, KIGA Gartenweg 18	Zweiklang	Ja, bei 0664 855 83 43

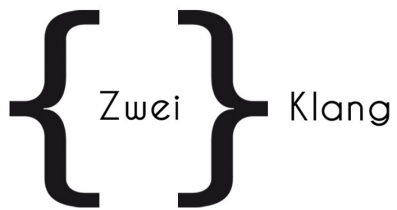
*** DI, 1.7. bis DO 27.8.2024**

Yoga aktiv: mit Sonnengruß und fordernden Variationen in einem guten Mittelmaß.

Yoga sanft: langsamere Praxis, Bewegungsabfolgen aus dem therapeutischen Yoga, auch Yin-Yoga, ohne Sonnengruß.

Grundsätzlich gilt: Der Yogaunterricht wird **an die Bedürfnisse der TeilnehmerInnen angepasst**.

Alle Einheiten sind **sowohl für BeginnerInnen wie Geübte** geeignet.



Institut für körperliche & geistige Bewegung

Online Live über Zoom

Die beiden Einheiten in **Neusiedl** werden **zusätzlich über Zoom** (=hybrid) übertragen. Die permanenten Zugangslinks sind per e-mail erhältlich.

Aufzeichnung(en)

Yoga mit mir online, beliebig oft und zeitunabhängig. Eine Aufzeichnung ist **6 Wochen lang verfügbar!** Den einmaligen Link schicke ich nach Bestellung (bitte um Nachricht an 0664 855 83 43 oder office@zweiklang.at) per e-mail zu.

Beiträge

Yoga 4er-Block, 6 Wochen gültig

€ 60,- (Vor Ort, Online und Aufzeichnung)

Yoga Einzeleinheit

€ 17,- (Vor Ort, Online und Aufzeichnung)

Yoga Einmaliges Schnuppern

€ 10,- (Vor Ort, Online und Aufzeichnung)

SuryaSoul®TANZ

€ 25,- (Einzeleinheit vor Ort)

Die über Zweiklang organisierten Yogastunden finden fortlaufend statt. Ein **Einstieg ist jederzeit möglich**. Dein Block ist nicht auf andere Personen übertragbar und ist ab Ausstellungsdatum 6 Wochen gültig. Wenn du ganz ungebunden sein willst, zahlst du nur die Stunde bei der du mitmachst, also die Einzeleinheit. Yoga-Equipment steht zur Verfügung: Matte, Decke, Polster, Block, Gurt. Nimm gerne dein eigenes und ev. Handtuch und Wasserflasche mit.

SuryaSoul®TANZ

Beim SuryaSoul®Tanz bewegen wir uns **frei**, mal langsam ruhig, mal kraftvoll ausgelassen zu **inspirierenden Themen und Musik aus unterschiedlichsten Genres – kreativer Selbstausdruck und stärkende Gruppenerfahrung**. *Nähere Infos siehe im extra Dokument. ICH BITTE UM ANMELDUNG.*