



yogali

„Friede beginnt damit, dass sich
jeder von uns jeden Tag um
seinen Körper und um seinen
Geist kümmert.“ THICH NHAT HANH

Frühling / Sommer 2022
Hatha Yoga & Vinyasa Flow

Yoga auf der Insel

Im Freiraum Lindau
Inselgraben 6
D-88131 Lindau

Tel. +49 172 844 09 50
info@yogali.de
www.yogali.de

„Mit Yoga lässt sich das Chaos widerstreitender Gedanken besänftigen.“

B.K.S. IYENGAR

Wir bieten euch Live und Online-Kurse
Das ganze Programm auf yogali.de

Preise

5er-Karte Kurs Fix € 75
10er-Karte Kurs Fix € 150
10er-Karte Flex € 165
Drop-In € 20
Probestunde € 10
Einzelstunde à 70 Min / € 70
Yogamore à 120 Min / € 25

Die Yoga-Kurse sind fortlaufend. Ein Quereinstieg ist möglich und der Kursbetrag wird entsprechend reduziert. Kurse von Jutta werden von der KK bezuschusst.

Yoga makes my Day

Yoga mit Jutta Steinbach

Mo 18:00-19:30 | L2-3*
Di 20:00-21:30 | L1-2*
Mi 09:00-10:30 | L1-3*
Mi 18:00-19:30 Yin Yoga
Mi 20:00-21:30 | L2*

Bewusst, kraftvoll und ausgeglichen!

Yoga mit Gina Reichert

Mo 09:00-10:30 | L1-2*
Starte mit klassischem Hatha & dynamischen Vinyasa Flow in die Woche.

Mit Yoga in Balance

Yoga mit Nina Bauer

Di 10:00-11:30 | L1*
Di 18:00-19:30 | L1-2*
Im Außen wird uns gerade einiges abverlangt, da ist es besonderes herausfordernd in der Balance zu bleiben.

Mit frischer Energie in den Frühling

Yoga mit Mirjam May

Mo 20:00-21:30 | L1-2*
Mit einer aktiven Yogapraxis neue Energie tanken, mit Konzentration und Entspannung zur Ruhe kommen.

Yoga Reise nach Kreta

Jutta Steinbach & Thomas Bocola

01.-08. Oktober 2022
Eine Auszeit direkt am Meer an einem einzigartigen Platz an der wilden Südküste Kretas. 2x täglich Yoga, Pranayama, Meditation.

Info & Anmeldung sowie unser Newsletter-Abo:

www.yogali.de

Montag	Dienstag	Mittwoch	Samstag
09:00-10:30 L1-3 Gina	10:00-11:30 L1 Nina	09:00-10:30 L2-3 Jutta	10:00-12:00 yogamore for yogalovers
18:00-19:30 L2-3 Jutta	18:00-19:30 L1-2 Nina	18:00-19:30 Yin mit Jutta	mit Jutta jeden
20:00-21:30 L1-2 Mirjam	20:00-21:30 L1-2 Jutta	20:00-21:30 L2 Jutta	1. Samstag im Monat

* **Level 1:** Einsteiger, Wiedereinsteiger, Grundlagen
Level 2: Fortgeschrittene, Grundlagenvertiefung
Level 3: Geübte, ab 2 Jahren regelmäßiger Yogapraxis