



Yoga intensiv 2019

im Yoga-Zentrum Lotos
Rütimeyerstrasse 40, Basel

An den angegebenen Daten jeweils am **Freitag Abend von 18 - 20 Uhr**.

Kosten: **CHF 40.-** (für Ehemalige und Interessierte) in bar.
Studierende der Lotos Yoga-Ausbildung können gegen Vorzeigen des
aktuellen Studien-Ausweises Lotos kostenlos teilnehmen.

Anmeldung nicht erforderlich.

Daten 2019	Thema	YogalehrerIn
25.01.19	Klassische Asanas mit Vorbereitungen und Fasziendehnung	Rosmarie Herczog
22.02.19	Intensiv ausgeglichen	Hansjörg Straumann
29.03.19	Yoga im Frühling	Carla Felber
12.04.19	Traditioneller Yoga und Nada Meditation	Remo Soland
03.05.19	Himalaya Yoga Sukshma (feinstofflich) Vyayam (Übung)	Therese Matiegka
14.06.19	Yin Yoga und Meditation	Barbara Burkhardt
23.08.19	Traditioneller Yoga und Nada Meditation	Remo Soland
20.09.19	Traditioneller Yoga und Brahmaviharas (Fokus: Karuna*-Meditation) *Mitgefühl	Marisa Nussbaumer
25.10.19	Yoga und Embodiment	Andrea Ledergerber
22.11.19	Wie die Flöte – Yoga mit Hingabe	Martin Merz
06.12.19	Traditioneller Yoga nach Robert Cottet	Kathrin Haldimann