

Yoga in den Sommerferne 02. Juli bis 10. August 2018

1. Woche



	wann	was	wer		CHF	wo / Raum	
Mo 02.07.	09.00 - 10.00	Hatha Yoga	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Himalaya	A
	09.00 - 10.15	Hatha Yoga	Ariane Weber	079 484 37 43	25	Kerala	A
	10.15 - 11.15	Hatha Yoga 65plus	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Himalaya	A
	17.30 - 18.45	Hatha Yoga	Ginette Geiser	079 758 18 73	30	Himalaya	A
	20.30 - 21.45	Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Kerala	A
Di 03.07.	11.30 - 12.45	Hatha Yoga	Anna Taschlieber	079 435 21 85	25	Kerala	
	12.15 - 13.30	Kundalini Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
	16.00 - 17.00	Rückbildungs-Yoga (auch mit Baby)	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Kerala	A
	17.40 - 18.45	Yoga für Schwangere	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Himalaya	A
	18.00 - 19.00	Hatha Yoga	Angela Wagner	076 572 72 81	23	Kerala	A
	19.15 - 20.15	Hatha Yoga	Jasmin König	078 936 74 33	23	Kerala	A
	20.30 - 21.45	Hatha Yoga	Ariane Weber	079 484 37 43	25	Kerala	A
	20.30 - 21.45	Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
Mi 04.07.	08.30 - 10.00	Kundalini	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
	10.15 - 11.30	Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
Do 05.07.	17.30 - 18.30	Hatha Yoga	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Kerala	A
	18.45 - 19.45	Hatha Yoga	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Kerala	A
	20.00 - 21.15	Hatha Yoga	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Kerala	A
Fr 06.07.	08.30 - 10.00	Kundalini	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	

A = mit Anmeldung

2. Woche

	wann	was	wer		CHF	wo / Raum	
Mo 9.07.							
Di 10.07.	11.30 - 12.45	Hatha Yoga	Anna Taschlieber	079 435 21 85	25	Kerala	
	16.00 - 17.00	Rückbildungs-Yoga (auch mit Baby)	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Kerala	A
	17.40 - 18.45	Yoga für Schwangere	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Himalaya	A
	18.00 - 19.00	Hatha Yoga	Angela Wagner	076 572 72 81	23	Kerala	A
	19.15 - 20.15	Hatha Yoga	Jasmin König	078 936 74 33	23	Kerala	A
Mi 11.07.	19.00 - 20.00	Yoga im Park	Beat Lütolf	079 602 53 94	20	Kerala*	A
Do 12.07.							A
Fr 13.07.							A

A = mit Anmeldung

*Beat Lütolf Yoga Bei schönem Wetter im Schützenmattpark beim Pavillon / Badetuch und bequeme Kleidung

3. Woche

	wann	was	wer		CHF	wo / Raum	
Mo 16.07.	09.00 - 10.00	Hatha Yoga	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Himalaya	A
	10.15 - 11.15	Hatha Yoga 65plus	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Himalaya	A
Di 17.07.	11.30 - 12.45	Hatha Yoga	Anna Taschlieber	079 435 21 85	25	Kerala	
	16.00 - 17.00	Rückbildungs-Yoga (auch mit Baby)	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Kerala	A
	17.40 - 18.45	Yoga für Schwangere	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Himalaya	A
	17.30 - 18.45	Hatha Yoga	Ginette Geiser	079 758 18 73	30	Kerala	A
	18.00 - 19.00	Hatha Yoga	Angela Wagner	076 572 72 81	23	Kerala	A
	19.00 - 20.15	Hatha Yoga mit Meditaion	Ginette Geiser	079 758 18 73	30	Kerala	A
	19.15 - 20.15	Hatha Yoga	Jasmin König	078 936 74 33	23	Kerala	A
Mi 18.07.	17:30-18.45	Hatha Yoga italienisch	Antoinette Garau	061 631 20 24		Kerala	A
Do 19.07.	17.30 - 18.45	Hatha Yoga mit Meditaion	Ginette Geiser	079 758 18 73	30	Kerala	A
	19.00 - 20.15	Hatha Yoga mit Meditaion	Ginette Geiser	079 758 18 73	30	Kerala	A
Fr 20.07.							

A = mit Anmeldung

4. Woche

	wann	was	wer		CHF	wo / Raum	
Mo 23.07.	9.00 - 10.00	Hatha Yoga	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Himalaya	A
	10.15 - 11.15	Hatha Yoga 65plus	Ginette Geiser	079 758 18 73	25	Himalaya	A
Di 24.07.	11.30 - 12.45	Hatha Yoga	Anna Taschlieber	079 435 21 85	25	Kerala	
	16.00 - 17.00	Rückbildungs-Yoga (auch mit Baby)	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Kerala	A
	17.40 - 18.45	Yoga für Schwangere	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Himalaya	A
	18.00 - 19.00	Hatha Yoga	Angela Wagner	076 572 72 81	23	Kerala	A
	19.15 - 20.15	Hatha Yoga	Jasmin König	078 936 74 33	23	Kerala	A
Mi 25.07.	17:30-18.45	Hatha Yoga italienisch	Antoinette Garau	061 631 20 24		Kerala	A
	19.00 - 20.00	Yoga im Park	Beat Lütolf	079 602 53 94	20	Kerala*	A
Do 26.07.	17.30 - 18.45	Hatha Yoga mit Meditaion	Ginette Geiser	079 758 18 73	30	Kerala	A
	19.00 - 20.15	Hatha Yoga mit Meditaion	Ginette Geiser	079 758 18 73	30	Kerala	A
Fr 27.07.							

A = mit Anmeldung

*Beat Lütolf Yoga Bei schönem Wetter im Schützenmattpark beim Pavillon / Badetuch und bequeme Kleidung

Yoga in den Sommerferien 02. Juli bis 10. August 2018

5. Woche

	wann	was	wer		CHF	wo / Raum	
Mo 30.07.	17.45-18.45	Yoga für Schwangere	Julie Detzel	079 202 73 27	27	Kerala	A
	20.30-21.45	Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Kerala	A
Di 31.07.	11.30 - 12.45	Hatha Yoga	Anna Taschlieber	079 435 21 85	25	Kerala	
	12.15 - 13.30	Kundalini Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
	16.00 - 17.00	Rückbildungs-Yoga (auch mit Baby)	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Kerala	A
	17.40 - 18.45	Yoga für Schwangere	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Himalaya	A
	18.00 - 19.00	Hatha Yoga	Angela Wagner	076 572 72 81	23	Kerala	A
	19.15 - 20.15	Hatha Yoga	Jasmin König	078 936 74 33	23	Kerala	
	20.30 - 21.45	Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
Mi 01.08.	08.30 - 10.00	Kundalini Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
	10.15 - 11.30	Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
Do 02.08.	12.15 - 13.30	Yoga bei Rückenproblemen	Marisa Nussbaumer	061 321 18 48	27	Kerala	A
Fr 03.08.	08.30 - 10.00	Kundalini Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A

A = mit Anmeldung

*Beat Lütolf Yoga Bei schönem Wetter im Schützenmattpark beim Pavillon / Badetuch und bequeme Kleidung

6. Woche

	wann	was	wer		CHF	wo / Raum	
Mo 6.08	17.45-18.45	Yoga für Schwangere	Julie Detzel	079 202 73 27	27	Kerala	A
	20.30-21.45	Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Kerala	A
Di 7.08	11.00 - 12.45	Hatha Yoga	Anna Taschlieber	079 435 21 85	25	Kerala	
	12.15 - 13.30	Kundalini Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
	16.00 - 17.00	Rückbildungs-Yoga (auch mit Baby)	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Kerala	A
	17.40 - 18.45	Yoga für Schwangere	Therese Matiegka	079 296 12 72	28	Himalaya	A
	18.00 - 19.00	Hatha Yoga	Angela Wagner	076 572 72 81	23	Kerala	A
	20.30 - 21.45	Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
	Mi 8.08	08.30 - 10.00	Kundalini Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya
10.15 - 11.30		Yin Yoga	Andrea Ledergerber	079 443 85 67	30	Himalaya	A
17:30-18.45		Hatha Yoga italienisch	Antoinette Garau	061 631 20 24		Kerala	A
19.00 - 20.00		Yoga im Park	Beat Lütolf	079 602 53 94	20	Kerala*	A
Do 9.08							
Fr 10.08							

A = mit Anmeldung

*Beat Lütolf Yoga Bei schönem Wetter im Schützenmattpark beim Pavillon / Badetuch und bequeme Kleidung
andrealedergerber@bluewin.ch / devotionyoga.ch (1 Woche vor der Lektion)



Liebe Yogis und Yoginis

Wir freuen uns sehr, euch auch in diesem Jahr wieder ein tolles **YOGA SOMMERFERIEN PROGRAMM** für alle Daheimgebliebenen anbieten zu können.

Nutze die Gelegenheit während den Schulferien vom **02. Juli bis 10. August** vielleicht auch mal etwas anderes auszuprobieren, lass dich von unserem Programm inspirieren.

Die mit einem **A** gekennzeichneten Kurse sind mit Anmeldung; die anderen ohne Anmeldung. Wir freuen uns auf deinen Besuch.

Herzliche Grüsse

- Yoga Team



Lotos Yoga | Rütlimeyerstr. 40 | 4054 Basel | Tel. 061 271 40 86 | www.lotosyoga.ch | info@lotosyoga.ch