

# Business-Yoga am Morgen



## Kursreihe 4 Wochen Anschlusskurs 4 Wochen

**Termine:**

**1. Kurs:**

**Freitags: 11.02., 18.02., 25.02., 11.03.2011**

**Montags: 14.02., 21.02., 28.02., 14.03.2011**

**Jeweils 36,00 € für 4 Termine**

**2. Kurs:**

**Freitags: 25.03., 01.04., 08.04., 15.04.2011**

**Montags: 28.03., 04.04., 11.04., 18.04.2011**

**Jeweils 36,00 € für 4 Termine**

**Ort:**

**Yogastudio Hanna Heinen**

**Stuttgart Bad Cannstatt**

**Uhrzeit: 7.00 – 8.00 Uhr**

**Yoga**

*Ruhe*

*Loslassen*

*Entspannen*

*Bei sich selbst ankommen*

*Die Inspiration und Stille des anbrechenden  
Morgens nutzen, um zu neuer Kraft und Energie für  
den Tag zu gelangen.*

*Das ist das Ziel jeder einzelnen Yogastunde dieser  
Kursreihe.*

*Vorkenntnisse sind keine erforderlich.*



*Die Zahlung des halben Betrages wird bei  
Anmeldung fällig; Überweisung des Restbetrages  
spätestens 2 Wochen vor Beginn der Kursreihe.  
Bei weniger als 5 Anmeldungen kommt der Kurs  
nicht zustande.*

*Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.*



*Yogamatten, Kissen und Decken sind vorhanden.*

*Bitte bringen Sie leichte Kleidung mit, in der Sie  
sich wohl fühlen.*

*2 Stunden vor Beginn der Yogastunde sollten Sie  
keine schweren Mahlzeiten einnehmen.*



**Gerda-Hanna Heinen**  
**Yogalehrerin BYV**

Gelernte Bürokauffrau

Mutter von 2 erwachsenen Kindern

Ich praktiziere seit 20 Jahren ganzheitlichen Yoga.

2000 - 2003 machte ich die Ausbildung zur  
Yogalehrerin bei Yoga Vidya im Westerwald.

**Unterrichtstätigkeit:**

seit 2003 in eigenen Räumen



**Yogastudio Hanna Heinen**

Brählesgasse 15

70372 Stuttgart

Kontaktaufnahme: 0176-96979314

Website: [yogastudio-hannaheinen.de](http://yogastudio-hannaheinen.de)

**Yoga**

*Ruhe*

*Loslassen*

*Entspannen*

*Bei sich selbst ankommen*