

## Zoë Meyer

dipl. Yogalehrerin YS/EYU

Kursleiterin Yoga Nidra

POLESTAR Pilates Trainerin

Raum im Kägen in Reinach



## 1. Quartal 2012, Januar - März

### Daten

	Dienstags					Donnerstags				Freitags			
Januar	3	10	17	24	31	5	12	19	26	6	13	20	27
Februar	7	14				2	9	16		3	10	17	
März	6	13	20	27		8	15	22	29	9	16	23	30

### Stundenplan

<b>Dienstag</b>	7.10 – 7.50	Early Bird Energy
	9.00 – 10.15	Yoga
	12.10 – 13.00	Yoga über Mittag
	18.00 – 19.15	Yoga
	19.30 – 20.45	Yoga Nidra (24.1 – 27.3, 8x)
<b>Mittwoch</b>	17.30 – 18.30	Yoga für Schwangere mit Therese Matiegka
<b>Donnerstag</b>	9.00 – 10.00	Pilates
	12.10 – 13.00	Pilates über Mittag
	17.30 – 18.45	Yoga
	19.00 – 20.15	Yoga
	20.30 – 21.45	Yoga für den Mann
<b>Freitag</b>	12.10 – 13.00	Yoga Nidra über Mittag

### Preise Q1 Januar - März

- **Yoga, Yoga für den Mann:** CHF 275
- **Pilates:** CHF 220
- **Yoga Nidra Abendkurs** vom 24. Jan. bis 27. März (8x, ohne Fasnachtsferien): CHF 235
- Mittagslektionen und Early Bird: **10er-Karte à CHF 250**, gültig 6 Monate ab erster besuchten Lektion

Postcheck-Konto: 40-44430-1 - IBAN: CH04 0900 0000 4004 4430 1

### Zum Vormerken und Weitersagen

- Ab 24. Januar **Yoga Nidra Abendkurs**, dienstags 19.30 – 20.45
- Ab 7. Januar jeweils am 1. Samstag im Monat von 10.00-11.15 Uhr **Kundalini Meditation** mit Barbara Schneebeli, dipl. Bewegungs- und Tanztherapeutin.