

# Hatha Yoga Unterricht

Heidrun Arnold

GUANYIN  
Saarbrücker Str. 78  
Saarbrücken-Brebach

## Yoga Samstag / Sonntag 2018: 15:30 – 17:00 (Einzeltermine)

Samstag, 29.09. - Detox Yoga  
Samstag, 03.11. - Yoga und Stressprophylaxe  
NEU: Sonntag, 02.12. - Yoga und Atem  
Samstag, 29.12. - Yoga zum Jahreswechsel

## Yoga Trimester Kurse 2018 (jeweils 10 Termine)

Freitag: 11:00 – 12:15 (Beginn 05.10. - Ende 14.12. )  
(Anfänger & Fortgeschrittene)  
Dienstag: 16:15 – 17:30 (Beginn 09.10 – Ende 18.12.)  
(Anfänger & Fortgeschrittene)

*Kein Unterricht am 13. und 16.11.18*

## Yoga Trimester Kurse 2019 (jeweils 10 Termine)

Freitag: 11:00 – 12:15 (Beginn 04.01.- Ende 08.03. )  
(Anfänger & Fortgeschrittene)  
Dienstag: 16:15 – 17:30 (Beginn 08.01. – Ende 12.03.)  
(Anfänger & Fortgeschrittene)

*Ein Einstieg in laufende Trimester ist jederzeit möglich!*

**Weitere Informationen & Anmeldung**  
Heidrun Arnold - Yogalehrerin

**Tel: 0151 2688 9916**  
**kontakt@hearyoga.de**

**www.hearyoga.de**