

# YOGA VERTIEFUNGSTRAINING (100 STD.)

## Daten

19.+20. Okt. 2024  
09.+10. Nov. 2024  
11.+12. Jan. 2025  
22.+23. Feb. 2025  
22.+23. März 2025  
10.+11. Mai 2025  
28.+29. Juni 2025

## Zeit & Ort

08.30 – 17:00 Uhr  
Flow Dance Loft  
Zelgli 3  
Oberrohrdorf AG

## Kosten

Teilnahmegebühr:  
CHF 1'500.--  
Anmeldegebühr:  
CHF 300.--  
Ratenzahlung nach  
Absprache möglich

Dieses 100h Yoga Vertiefungs Training richtet sich an folgende Yoginis und Yogis:

- Seit einem oder mehreren Jahr/en besuchst du regelmässig Yogastunden und möchtest weiter an deiner Yogapraxis arbeiten.
- Du bist neugierig und verspürst den Wunsch, mehr über Yoga, wie verschiedene Richtungen, Stile, Chakras, Bandhas, Atemtechniken und Meditation, Yoga-Philosophie, Anatomie und Ayurveda erfahren.
- Du möchtest von Oktober 2024 – Juni 2025 während 7 Wochenenden in die Welt des Yoga eintauchen und dich intensiver mit dir und deiner eigenen Yogapraxis auseinandersetzen.
- Das 100h YIT kann dir dahingehend helfen herauszufinden, ob du allenfalls ein Yoga Teacher Training absolvieren möchtest.
- Während der Dauer des Yoga Vertiefungs-Trainings besuchst du die wöchentlichen Lektionen von Mirjam kostenlos.
- Karmaplatz: Gegen Mithilfe im Studio (ca. 1 Stunde pro Unterrichtstag) wird ein Rabatt von 50% auf die Kurskosten gewährt. Wer sich für den Karmaplatz bewerben möchte, sollte aus finanziellen Gründen auf die Ermässigung angewiesen sein.



**JETZT ANMELDEN**

yoga-mirjam@gmx.ch  
mirjams-yoga-heart.ch

 yoga\_mirjam

Kommst du mit  
auf deine ganz  
persönliche Yogareise?

