

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	9:00 bis 10:00 YOGA°PUR°FRAU mit <i>Lea</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau ALLE ALTERSSTUFEN	9:15 bis 10:15 YOGA FÜR MUTTER & BABY mit <i>Lisa</i> im Geburtshaus Bella Hüttenberg	10:00 bis 11:00 PILATES original! mit <i>Ela</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau		8:30 bis 9:30 YOGA AM MORGEN mit <i>Lea</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau (26.5., 18.8., 8.12.)
	10:15 bis 11:15 YOGA FÜR MUTTER & BABY * Rückbildung mit <i>Lea</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau	10:45 bis 11:45 YOGA FÜR SCHWANGERE mit <i>Lisa</i> im Geburtshaus Bella Hüttenberg	11:15 bis 12:15 YOGA FÜR SCHWANGERE mit <i>Lea</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau		9:30 bis 11:30 YOGA-Brunch im YogaKlangHeilRaum Lahnau (26.5., 18.8., 8.12.)
	16:00 bis 17:00 ZUMBA YOGA KIDS mit Holdwana im YogaKlangHeilRaum Lahnau (ab August 2018)	16:30 bis 17:30 YOGA Teens mit <i>Kirsten</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau	15:00 bis 16:30 BiB - "Babys in Bewegung" mit <i>Katja</i> im Geburtshaus Bella Hüttenberg	18:00 bis 19:00 FOKUS BECKENBODEN: Yoga Intensiv für Frauen mit <i>Nadine</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau (25.5., 17.8., 7.12.)	
18:30 bis 20:00 Yoga für Frau & Mann mit <i>Kirsten</i> im YogaKlangHeilRau m Lahnau		17:30 bis 19:00 Kundalini Yoga! Atem * Live-Musik * Tiefenentspannung * Meditation * Gong * mit <i>Lea</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau		19:15 bis 20.15 MANTRA SINGEN offen für ALLE mit <i>Lea</i> im YogaKlangHeilRaum Lahnau (25.5., 17.8., 7.12.)	

YogaPurFrau - Ausbildung 2018/19

- 6 Monate je ein Wochenende pro Monat
- Samstags 9 15 Uhr, Sonntags 10 12 Uhr
- für Frauen aller Altersstufen (18 bis 99)
- Teilnahme schwanger/mit Kind(ern) willkommen
- Kinderbetreuung im Haus
- Krankenkassen-Anerkennung!
- Jahrzehntelange Erfahrung
- Schwerpunkte:

Yoga für Frauen, Schwangerenyoga, Mantra, Atem, Yoga für Mutter & Kind, Yoga Kids, Yoga Teens, Yoga für Senioren/Reha-Yoga, Yoga auf dem Stuhl

- Start OKTOBER 2018 Infos www.yoga-pur-frau.de
- Infotermine: 3.5. (17-18 Uhr) & 18.6. (11-12 Uhr)

Keep Up!

Fortbildungs-Samstage für alle Absolventinnen der YogaPurFrau-Ausbildung. Intensiv-Yoga-Stunde, Specials, Themenschwerpunkte wie "Vitalität & Streß", "Depression & Glücklichsein", "Kommunikation & Beziehungen", "Obst-Yoga" - u.v.m. Termine (jeweils 12-15 Uhr):

3.3., 9.6., 8.9., 8.12.2018

16.3., 15.6., 14.9., 7.12.2019

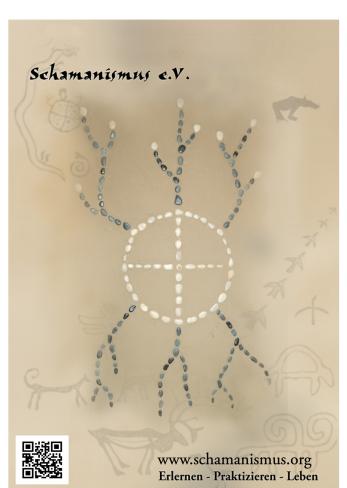


YogaKlangHeilRaum Friedenstr. 14

35633 Lahnau 06441 / 204 39 20 www.pur-frau-yoga.de kontakt@yoga-pur-frau.de

Buslinie 24 Gießen/Wetzlar Entspannte Parkplatzsituation

10er Karte 100 € 5er Karte 60 € Krankenkassen - Erstattungsfähig Steuerlich absetzbar, da gemeinnütziger Verein.





Lea Bernhardt

Doctor of Osteopathy (DO) Master of Science Osteopathy (M.Sc.Ost.) Schwerpunkt Frau, Schwangerschaft, Baby & Kind Heilpraktikerin & Physiotherapeutin



- * Kinderheilkunde
- * Gynäkologie & Urologie
- * HNO
- Innere Medizin Orthopädie
- * Zahn- & Kieferorthopädie
- * Neurologie
- * Traumata & Streßmanagement





