



Iyengar-Yoga-München ♦ iYoga.de

7. JAN - 14. APRIL 2019

Wöchentliche Kurse, i.d.R. 90 Minuten (sonst s.u.)			
Zeit	LehrerIn	Nummer	Level / Bemerkung
MONTAG			
8:45	Margareta	MT 91101	1-4 für Frauen
10:00	Alwin	DN 91113	1-4 für Männer
10:00	Dana	DN 91122	1 Einführung /Grundlagen
10:30	Petra	PT 91131	NEU: LEHRERIN, KURS „Üben bei Brustkrebs“ s. rechts
16:00	Lorena	LN 91141	1-3
18:00	Tobias	TB 91162	2-3
18:15	Michael	MC 91171	1-2 Einführung /Grundlagen
19:30	Joachim	JA 91183	1-3
20:00	Tobias	TB 91191	1-3 NEUER LEHRER

DIENSTAG			
7:30	Viola	VL 91201	1-3
10:00	Alwin	AW 91203	1-3
10:00	Michael	MC 91211	2-3
11:30	Birgit	BG 91222	1-3
14:00	Margareta	MT 91231	2-4
17:45	Monika	MK 91252	1-3
18:00	Birgit	BG 91263	Schwangeren-Yoga ca. 60 Minuten. rechts
18:45	Margareta	MT 91271	2-4
19:30	Monika	MK 91282	1-3

Ferien
24.12.-6.1.19
4.-10.3.
22.-28.4.
(Ferienkurse rechts)
Gebühr
(13 Termine):
60-90 Minuten - 220 €
120 Min - 292 €
s. Übersicht rechts

MITTWOCH			
7:30	Alex	LX 91301	1-3
9:15	Michael	MC 91311	2-4 120 Minuten
10:00	Christl	CS 91322	1-3 Sanft
16:00	Lorena	LN 91343	1-3
18:00	Lorena	LN 91353	1-3 English / German
18:15	Jessica	JS 91362	1-3
18:30	Michael	MC 91371	3
19:45	Birgit	BG 91383	1-3
20:00	Jessica	JS 91391	2-3



DONNERSTAG			
8:30	Stefanie	SF 91412	1-3 <small>zertifiziert Iyengar-Yoga</small>
10:15	Stefanie	SF 91421	1-3 NEU: ZEIT, LEHRERIN
16:00	Margareta	MT 91431	2-4
17:45	Michael	MC 91441	2 Grundlagen
17:45	Sabine K	SK 91453	1-3
18:15	Tobias	TB 91462	1-3
19:30	Michael	MC 91471	3-4 Pranayama, NEUERTAG gerade Kalendertage s. rechts
20:00	Tobias	TB 91492	1-3

FREITAG			
7:30	Margareta	MT 91511	1-3
10:00	Margareta	MT 91521	2-4
14:30	Sabine B	SB 91531	1-3 NEUE LEHRERIN
15:45	Michael	MC 91541	Intermediate , 120 Minuten gerade Kalendertage, s. rechts
18:30	Susanne	SN 91553	NEU: ZEIT, LEVEL: 1-3
19:15	Katja	TB 91562	1-3 NEUE LEHRERIN

SAMSTAG			
8:00	Viola	VL 91602	1-3
10:00	Viola	VL 91612	1-3 NEUE LEHRERIN
17:00	Katrin	KT 91623	1-3

SONNTAG			
10:00	Jessica	JS 91712	1-3
19:30	Sonia	SJ 91722	1-3

Waltherstraße 23 am Goetheplatz
80337 München 089/537170 www.iyoga.de

Einführung / Grundlagen

- die ersten Schritte in der Praxis gehen
- bis zu einem Jahr (oder mehr) weitermachen und Sicherheit gewinnen

Montags um 10:00
Montags um 18:15

SchwangerenYoga

Tag/Zeit	Lehrerin	Nummer	Termine	Anzahl	Gebühr
Dienstag 18:00 ca. 60 Minuten	Birgit	BG 91131a	8., 15., 22., 29. JAN 5., 12. FEB	6x	96 €
		BG 91131b	19., 26. FEB -- 12., 19., 26. MÄRZ 2. - APRIL	6x	96 €

Üben bei Brustkrebs

Tag/Zeit	Lehrerin	Nummer	Termine	Anzahl	Gebühr
Montag 10:30 ca. 90 Minuten	Petra	PT 91263a	7., 14., 21., 28. JAN 4., 11. FEB	6x	120 €
		PT 91263b	18., 25. FEB -- 11., 18., 25. MÄRZ 1., 8. APRIL	7x	140 €

FerienKurse

Weihnachtsferien XY 91010	24.12.-6.1.19	wie unten; 24.12. abends: kein Kurs	Einzeltermine mit 10er Karte oder 20 €
Winterferien XY 91020	4.-10.3.	Mo, Mi, Fr: 10:00 Mo, Di, Mi, Do, Fr: 18:30 Dozenten: siehe www.iyoga.de	
Osterferien XY 92030	22.-28.4.		

Pranayama (nur als Zweitkurs)

Tag/Zeit	Lehrerin	Nummer	Termine (NUR GERADE KALENDERTAGE)	Anzahl	Gebühr
Donnerstag 19:30	Michael	MC 91293	10., 24. JAN 14., 28. FEB 14., 28. MÄRZ 4. APRIL	7x	112 €

Intermediäre

Tag/Zeit	Lehrerin	Nummer	Termine (NUR GERADE KALENDERTAGE)	Anzahl	Gebühr
Freitag 15:45 Intermediäre, 120 Min	Michael	MC 91541	18. JAN 8., 22. FEB 8., 22. MÄRZ 12. APRIL	6x	142 €

Wie kann ich mitüben? Kursangebote und -kosten
(eine Übungsstunde = 90 Minuten)

Probestunde (das erste Mal im Studio), 10 €
Einzelstunde („Drop-in“) 22 €
Eingeschrieben in einem bestimmten Kurs 16 € (s. Übersicht links)

3er Karte, 3mal innerhalb eines Monats 20 € (= 60 €)
10er Karte, 10mal innerhalb eines Jahrs 20 € (=200 €)

Probe-4er-Karte, 4 verschiedene Lehrer, 4 Wochen, 39 €
(für InteressentInnen aus München und Umgebung)

Zeitkarten, beliebig viele Stunden (s. Einzelheiten im Vertrag)
Woche: 60 €
Monat: 175 €
Vierteljahr: 320 €

Aus den Teilnahmebedingungen für Kurse
(vollständiger Wortlaut siehe Aushang im Studio oder www.iyoga.de)

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Verantwortung. Im Zweifelsfall soll man vor Beginn eines körperlichen Übungsprogramms einen Arzt konsultieren.

Ausbildung mit Forbes / Eckl bis September 2019

18.-20.1.19	Grundlagen 1b	10.-12.5.	Pädagogik 2
8.-10.2.	Anatomie	17.-19.5.	Grundlagen 3a
22.-24.2.	Grundlagen 2a	28.-30.6.	Grundlagen 3b
15.-17.3.	Grundlagen 2b	5.-7.7.	Berufskunde
22.-24.3.	Pädagogik 1	19.-21.7.	Grundlagen 1a
12.-14.4.	Prüfungsvorbereitung LiA		

Seminar-Kalender bis September

Dezember
3.-14. Festlichkeiten zum 100. Geburtstagsjubiläum B.K.S. Iyengar in **Pune, Indien**

Januar
2.-6. Neujahrseminar Forbes
5. **Studio Fest** zum 100. Geburtstag von BKS Iyengar
12. Tagesseminar „Wechseljahre“ Eckl
19. Forbes bei der Yoga Messe, München MOC
26.-27. Wochenendseminar in **Wien** Forbes
28.1.-1.2. Retreat im **Schloß Elmau bei Garmisch** Forbes

Februar
2.-3. Wochenendseminar in **Brno, CZ** Forbes (auf Englisch)
9. Tagesseminar „Vayus, Teil 1“ Eckl

März
1.-3. Gastlehrerin **Jayne Orton** (GB)
30. Tagesseminar „Vayus, Teil 2“ Eckl

April
4. Tagesseminar in **74564 Crailsheim** Forbes
22.-27. Wochenendseminar zu Ostern Forbes
29.-30. Auf der Yoga-Messe **Stuttgart** Forbes

Mai
3.-4. Wochenendseminar in **31547 Loccum** Eckl
24.-26. Forbes bei der „EuropeanYoga-Festival“ in **Venedig**

Juni
1.-2. Forbes bei der „Yoga Conference“ in **Köln**
21.-23. IYD-Convention in **Köln**

Vorschau Herbst
4.-8. Sept. Gastlehrer **Dr. Hermann Traitteur: Grundlagen der Yoga-Anatomie**
3.-6. Okt. Gastlehrerin **Gabriella Giubilaro**
30. Nov.-3. Dez. Gastlehrerin **Stephanie Quirk**

Seminar-Übersicht 2019

Nach DozentIn sortiert - Stand 1.12.18

Was	Wer	Nr.	Termin	Titel	Bemerkung	€	
Studio-Seminare	Michael Forbes	91911	2.-6. Jan	Neujahrseminar	täglich 9-17 mit Pause; Sonntag bis 13:00	450 €	
		92921	22.-27. April	Wochenseminar zu Ostern	täglich 9-17 mit Pause; Freitag bis 13:00	450 €	
	Margareta Eckl	91812	12. Jan	„Die Wechseljahre als Event“		für alle InteressentInnen 12-15:00	50 €
		91813	9. Feb	Vayus, Teil 1	für alle InteressentInnen 12-15:00 Bewusster Umgang mit den inneren Qualitäten der Asanas. Die fünf Haupt-Vayus befinden sich an unterschiedlichen Stellen im Körper ...		
		92814	30. März	Vayus, Teil 2			
	Jayne Orton (GB)	91881	1.-3. März	FR 18 – 20:00; SA 9 – 12:30, 16 – 18:00; SO 9 – 12:30 Für Üben mit 1 Jahr Unterrichtserfahrung. Jayne ist in den letzten Jahren häufig bei uns zu Gast gewesen. Eine der wichtigsten Senior-Teachers in England. Souverän und lustig als Unterrichtende.	230 €		
	Dr. Hermann Traiteur (Berlin)	93931	4.-8. Sep	Grundlagen der Yoga-Anatomie	täglich 9-16:30 mit Pause Sonntag bis 13:00	450 €	
	Gabriella Giubilaro	94882	3.-4. Okt	Teil 1 „Intermediate“ (ab 3 Jahren Unterricht)	Donnerstag 18 - 20:30 Freitag 10-12:30; 15:30-18:00	je 160 € (zusammen 300€)	
		94883	5.-6. Okt	Teil 2 „Intro“ (ab 1 Jahr Unterricht)	Samstag 10-12:30; 15:30-18:00 Sonntag 10-12:30		
	<p><u>Anmeldung:</u> Melden Sie sich bitte frühzeitig, am Besten per eMail oder über www.iyoga.de/shop an. Die Bezahlung muß bei der Anmeldung geregelt werden. Es wird keine Anmeldebestätigung geschickt, ggf. die Nachricht, wenn kein Platz mehr zu vergeben ist. <u>Gebühr/ Rückerstattung:</u> Die volle Gebühr ist bis spätestens 3 Wochen vor Seminarbeginn zu entrichten. Bei Rücktritt bis einer Woche vor Seminarbeginn erfolgt eine Rückerstattung abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 15 € bei Workshops, 30 € bei Wochenend- und Wochenseminaren. Später kann eine Rückerstattung nur erfolgen, wenn ein Ersatzteilnehmer gestellt wird.</p>						

Was	Wer	Termin	Wo	Kontakt
Auswärts (von anderen organisiert)	M. Eckl	3.-4. MAI	31547 Loccum	familie-ritter@t-online.de
	M. Forbes	19. JAN	Yoga-Messe, München	www.yogaworld.de
		26.-27. JAN	Wien AT	www.iyengaryoga.at
		28. JAN - 1. FEB	Elmau bei Garmisch	www.schloss-elmau.de
		1.-3. FEB	Brno CZ	cerny.rehabilitace@gmail.com
		4. APRIL	74564 Crailsheim	info@yoga-forum.de
		24.-26. MAI	Venedig IT	www.yoga-festival.eu
		1.-2. JUNI	Köln	www.yogaconference.de

Neuer Kurs: Üben bei Brustkrebs

mit **Petra Winkler-Hirter**, die erfreulicherweise nun zur Lehrgemeinschaft des Studios gehört:

Geboren 1977 in der Schweiz, lebte 2004 bis 2016 in Sydney/ Australien, seit 2017 in München. 1999-2002 Ausbildung zur Medizinischen Masseurin, 2001 Diplom in Lymphdrainage

(Eggbergklinik Bad Säckingen), später Weiterbildung zur Energetics und Craniosacral Therapeutin. Praktiziert seit 2004 Iyengar-Yoga, 2007 Vertiefung in Indien bei Rajiv & Swati Chanchani und Usha Devi, dann Ausbildung zur Yoga-Lehrerin bei Pixie Lillas in Sydney. Anstellung im Marrickville Yoga Studio in Sydney unter dem Mentorship von Simon Joannou sowie

Therpieklassen-Assistenz bei Stephanie Quirk. Aktiv im Vorstand von Iyengar Yoga Australia. 2014 Introductory Zertifikat, 2016 Besuch des Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute in Pune. 2016 mit Brustkrebs diagnostiziert, welcher ins Becken, Brustkorb und Wirbelsäule metastasiert und mehrere Frakturen in der Wirbelsäule verursacht. Yoga als ständiger Begleiter während der folgenden Chemo-, Radio- und Antikörpertherapien in München. Seit Ende 2017 stabilisierter Krankheitsverlauf, und seit 2018 wieder als Yoga-Lehrerin tätig - u.a. mit einer Klasse speziell für Brustkrebspatientinnen. Verheiratet, Mutter einer 7-jährigen Tochter.

Üben bei Brustkrebs					
Tag/Zeit	Lehrerin	Nummer	Termine	Anzahl	Gebühr
Montag 10:30 ca. 90 Minuten	Petra	PT 91263a	7., 14., 21., 28. JAN 4., 11. FEB	6x	120 €
		PT 91263b	18., 25. FEB -- 11., 18., 25. MÄRZ 1., 8. APRIL	7x	140 €

