

## **Vertiefung der Praxis** mit Anke Roth-Langels & Otto Langels

Das Seminar setzt eine regelmäßige Yogapraxis von **mindestens 1 Jahr** voraus.  
Geübt werden Asana & Pranayama.

**Seminarzeit: 09:30-12:30 Uhr.** Teilnahme vor Ort, wie online möglich.

**Für die Teilnahme vor Ort gelten die aktuellen Maßnahmen im Yogahof.**

**Für die Teilnahme online gilt die *Haftungsvereinbarung und Datenschutzbestimmung für Online-Kurse.***

**Benötigte Hilfsmittel bei online Teilnahme:**

*Yogamatte, Decken, 2 Polster, 2 Gurte, 2 Klötze, 2 Stühle, Wand, Bandage oder Gästehandtuch*

### **Kosten & Anmeldebedingungen:**

42 EUR für Übende von außerhalb

36 EUR für KursteilnehmerInnen des Yogahof

**Die Teilnahmeplätze sind limitiert. Anmeldeschluss 4 Tage vor Seminarbeginn.**

Die Anmeldung ist verbindlich, sofern sie nicht bis 4 Tage vor Seminarbeginn abgesagt wird. Die Kursgebühr ist nach diesem Zeitraum, auch bei Nichtteilnahme am Kurs, nicht erstattungsfähig.

**Anmeldung an:** [info@yogahof-essen.de](mailto:info@yogahof-essen.de)