



Kursplan Frühling/Sommer 2025

3. März - 6. Juli 2025

(18 Einheiten)

Einzelne Sommerkurse ab 7. Juli 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag und Sonntag
9:00 - 10:00 Soft Yoga Sanfte Aktivierung mit Helga				8:30 - 09:30 Morgenyoga Start locker in den Tag mit Helga	An den Wochenenden sind die Räumlichkeiten für Seminare, Personaltrainings und Vorträge buchbar.
18:15 - 19:15 Power Yoga Flow & Vinyasa mit Helga	18:00 - 19:00 Yogavariation für Mittelstufe mit Helga	17:00 - 18:00 Qigong & Yoga mit Monica		17:00 - 18:00 Yoga für Schwangere	
19:30 - 20:30 Power Yoga Flow & Vinyasa mit Helga	19:30 - 20:30 Yoga für ANFÄNGER mit Eva	19:15 - 20:15 Yogavariation für Mittelstufe mit Tina	18:30 - 19:30 Yoga Mittelstufe für den Rücken mit Petra		

Gebuchte Yoga-Einheiten können im Kurszeitraum nach Rücksprache vorgezogen, verschoben oder an Begleiter/innen verschenkt werden.

Termine für Personaltrainings bitte telefonisch oder via whatsapp vereinbaren.
Für Stunden externer Trainer und Therapeuten gelten deren Preise und Gutscheine.

Preise Frühling/Sommer 2025	
Saisonkarte (18 Einheiten)	240 €
6er Block	90 €
12er Block	165 €
Einzelstunde Gruppe	18 €

Yogo Yogastudio Oberer Stadtplatz 7, 4710 Grieskirchen
www.yogo.at

Helga Schörgendorfer
helga@yogo.at

0664 / 170 189 5