



**Katharina Jäschke**  
Yogalehrerin BDY/EYU

Mobil: 0151 - 62600882  
E-Mail: katharina-jaeschke@t-online.de

## **Kurstermine: September 2022 bis Januar 2023**

Stand: 26.07.2022

Alle Kurse sind als Präventionskurs von der Zentralen Prüfstelle Prävention anerkannt.

### **Yoga am Montag – Seminarraum**

Montag: Vormittag (10 – 11:15 Uhr) und Abend (18:30 – 19:45 Uhr)

#### **05.09. – 21.11.2022**

**Termine:** 05.09. / 12.09. / 19.09. / 26.09. / 1 Woche Pause / 10.10. /  
17.10. / Herbstferien / 31.10. / 07.11. / 14.11. / 21.11. |

**Kosten:** 10 Termine 150 EUR

#### **28.11. 2022 – 30.01.2023**

**Termine:** 28.11. / 05.12. / 12.12. / 19.12.2022 / Winterpause  
09.01. / 16.01. / 23.01. / 30.01.2023 |

**Kosten:** 8 Termine 120 EUR

Adelheid Seminarhaus | Adelheidstraße 82 (Hinterhaus), 65185 Wiesbaden

### **Yoga am Dienstag – Online Live via Zoom\***

Dienstag: Abend (18:30 – 19:45 Uhr)

#### **06.09. – 22.11.2022**

**Termine:** 06.09. / 13.09. / 20.09. / ~~27.09.~~ **Achtung: Do 29.09.** / 1 Woche Pause / 11.10. /  
18.10. / Herbstferien / 01.11. / 08.11. / 15.11. / 22.11. |

**Kosten:** 10 Termine 150 EUR

#### **29.11. 2022 – 31.01.2023**

**Termine:** 29.11. / 06.12. / 13.12. / 20.12.2022 / Winterpause  
10.01. / 17.01. / 24.01. / 31.01.2023 |

**Kosten:** 8 Termine 120 EUR

\*) Mein „Online Live“-Angebot ist mittlerweile über die Sondergenehmigung hinaus zertifiziert. Hierbei wird empfohlen, die Kurse als ZOOM-Meeting stattfinden zu lassen.

Die erforderlichen Einwahldaten bekommen die Teilnehmer rechtzeitig vor jeder Online-Yogakurstunde via E-Mail geschickt. Empfohlen wird, die Zoom-App einmalig zu installieren, man kann aber auch über den Web-Browser teilnehmen.

#### **Bankverbindung**

Katharina Jäschke, Postbank Frankfurt, Postbank, BIC: PBNKDEFF  
IBAN: DE39 1001 0010 0533 1221 32