



Katharina Jäschke
Yogalehrerin BDY/EYU

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

Termine: 1. Halbjahr 2023

Stand: 27.02.2023

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)

06.02.2023 – 15.05.2023

Termine: 06.02. / 13.02. / 20.02. / 27.02. / 06.03. / 1 Woche Pause / 20.03. / 27.03. /
Osterferien 03.04.-22.04.2023 / 24.04. / 1. Mai-Woche Pause / 08.05. /15.05. //

Kosten: 10 Termine 150 EUR

Adelheid Seminarhaus | Adelheidstraße 82 (Hinterhaus), Wiesbaden

Sonntage mit Yoga und Meditation

So 18.06.2023 | 11 – 16 Uhr | 75 EUR

Achtsamkeit aus Bewegung

So 16.07.2023 | 11 – 16 Uhr | 75 EUR

Von der Ruhe in die Stille

Emmy & Co. – die Theaterwerkstatt | Goebenstraße 19 Hinterhaus, Wiesbaden

Bei Buchung beider Workshops kann eine Bescheinigung für den Besuch eines Präventions-kurses ausgestellt werden

Yoga am Dienstag – Online Live via Zoom

Dienstag: Abend (18:30 – 19:45 Uhr)

07.02.2023 – 16.05.2023

Termine: 07.02. / 14.02. / 21.02. / 28.02. / 07.03. / 1 Woche Pause / 21.03. / 28.03. /
Osterferien 03.04.-22.04.2023 / 25.04. / 1. Mai-Woche Pause / 09.05. /16.05. //

Kosten: 10 Termine 150 EUR

Ab 4. bzw. 5. September starten wieder Kurse am Montag (Seminarhaus Adelheidstraße) und Dienstag (Online Live Zoom).

Bankverbindung

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