

Liebe Yoginis und Yogis,

leider werde ich den **Preis für meine Yogakurse in der Adelheidstraße um 1 Euro pro Stunde** aufgrund steigender Raummiete erhöhen müssen, von 15 auf 16 Euro.  
Das heißt, dass z.B. ein Kurs mit 10 Terminen, der bislang 150 Euro gekostet hat, ab April 2026 160 Euro kosten wird.

Ich hoffe auf Euer Verständnis und dass diese Preiserhöhung für Euch akzeptabel ist.

## Yoga am Montag

**13. April – 29. Juni 2026**

**Vormittag: 10:00 – 11:15 Uhr**

**Abend: 18:30 – 19:45 Uhr**

Adelheid Seminarhaus | Adelheidstraße 82 (Hinterhaus), Wiesbaden

Die Termine im Detail:

13.04. / 20.04. / 27.04. / 04.05. / 11.05. /

3 Wochen Pause / 08.06. / 15.06. / 22.06. / 29.06. /

Kosten: 9 Termine 144 EUR

*Mein Kursangebot ist zertifiziert und wird von vielen Krankenkassen gefördert.*

---

## Yoga rund um den Stuhl – Dienstagvormittag

Dieser Kurs richtet sich vorwiegend an Menschen, die in ihrer Bewegungsfreiheit etwas eingeschränkt sind und trotzdem etwas für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden tun wollen. Geübt wird „rund um den Stuhl“, im Sitzen und Stehen.

Wann: 10:00 – 11:15 Uhr

Wo: LAB – Karlstraße 27, Wiesbaden



Anmeldung und Information: <https://lab-wiesbaden.de/ueber-uns/>

Tel. 0611-300497 oder E-Mail: [info@lab-wiesbaden.de](mailto:info@lab-wiesbaden.de)

---

## Yoga Einzelstunden

... werden individuell vereinbart und finden nicht regelmäßig statt. Sie möchten Yoga für sich zu Hause üben? Haben Freude an der eigenen Stimme beim chanten vedischer Texte, interessieren sich für die Yoga-Philosophie.....

---

### Konto

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

Stand: 14.01.2026

### Katharina Jäschke

Yogalehrerin BDY/EYU

Telefon: 0151 - 62600882

E-Mail: [katharina-jaeschke@t-online.de](mailto:katharina-jaeschke@t-online.de)

**Mehr Informationen → „Mein Yoga-Angebot“**

[www.yoganachmasswiesbaden.de](http://www.yoganachmasswiesbaden.de)