

- Jede Woche über 40 offene Klassen
- Präventionskurse nach §20 Abs. 1 SGB V
- Internationale Gastlehrer
- Yogalehrer Aus- und Weiterbildungen
- Yoga-Therapie

Wir freuen uns auf Kinder und Erwachsene, Anfänger und Fortgeschrittene, Yoga-Skeptiker und Suchende auf dem Weg zu sich selbst.

... und speziell für Frauen:

- Hormonyoga nach Dinah Rodrigues
- KinderwunschYoga
- Yoga für Schwangere
- Yoga/Pilates zur Rückbildung

... natürlich Frau sein!

Hier geht's zum Newsletter:



### Preise: Unsere Klassiker (komplette Preisliste siehe yogacircle-berlin.de)

Einzelstunde / Probestunde		15,- Euro
Kennenlernkarte einmalig	4 Termine in 30 Tagen	30,- Euro
10er-Karte	10 Termine in 6 Monaten	125,- / 95,-* Euro
Monatsabo**	4 x / Monat	mtl. 44,- Euro
Monatsabo**	unlimited	mtl. 77,- / 55,-*** Euro
Greencard 30	einen Monat Yoga unlimited	90,- Euro
Greencard 365	ein Jahr Yoga unlimited	777,- Euro
Kinder Probestunde / Einzelstunde		10,- Euro

\* ermäßigt \*\* Mindestlaufzeit 6 Monate \*\*\* Teilnehmer der Yogalehrer-Ausbildung



**YogaCircle**  
Berlin

Berlin-Prenzlauer Berg:  
Schliemannstraße 22 &  
Stargarder Straße 25  
10437 Berlin

Tel.: (030) 447 18 418  
info@yogacircle-berlin.de  
www.yogacircle-berlin.de

# YogaCircle

Berlin



## Lebe Dein Potential!



mit  
**YCB-Akademie**

## Kraftvolles freudiges Hatha Yoga

[www.yogacircle-berlin.de](http://www.yogacircle-berlin.de)

## Focus & Vinyasa Flow

Schliemann-  
straße 22

Stargarder  
Straße 25

ab 5.9.2016

Mo Pilates 🇬🇧🇩🇪 Agni Yoga 🔥 Yoga I-II Tantric Yoga all levels Pilates I Yoga I	18.15-19.45 20.15-21.30	9.30-10.30 12.45-14.00 18.15-19.45 20.15-21.45	Maria* Julia Judith Thomas* Deborah Thomas*
Di FrühYoga MorgenYoga Yoga I Yoga II-III RückenYoga	8.15-9.30 18.15-19.45	9.30-11.00 18.15-19.45 20.15-21.30	Barbara Gauramrita Claudia Vera Vera
Mi MorgenYoga sanft Vinyasa Flow Yoga I-II Vinyasa Flow 🇬🇧	9.00-10.15 12.45-13.45 18.15-19.45	20.15-21.30	Judith Katrin Thomas* Zoe
Do Yoga 50+ Yoga sanft Agni Vinyasa 🔥🔥🇬🇧 Pilates all levels	10.00-11.00 18.15-19.45	18.30-19.45 20.15-21.30	Judith Laura Sharada* Maria*
Fr MorgenYoga Vinyasa Flow Yoga für Alle** Friday Night Flow Yin Yoga	13.30-14.45 16.30-17.45 20.00-21.15	9.00-10.30 18.15-19.30	Thomas* Thomas* YCB Team Sabine Katrin
Sa Pilates RückenYoga Yoga all levels 🔥🇬🇧🇩🇪	11.00-12.15 13.00-14.30	9.30-10.30 11.00-12.15 13.00-14.30	Maria* Gauramrita Jen/Venna
So Vinyasa Flow Yoga all levels	11.00-12.30 18.15-19.45	11.00-12.30 18.15-19.45	Dinah Vera

\* zertifiziert von den Krankenkassen  
\*\* auf Spendenbasis

🔥 Yoga bei 25-28°C – unsere Infrarot-Panels durchwärmen Dich wie die Sonne des Südens!  
🔥🔥 Yoga bei 30-35°C – eine „Notdusche“ ist vorhanden; Mattenaufgabe+Handtuch ist ggf. kostenpflichtig auszulieihen

Änderungen und Events findest Du im tagesaktuellen online-Kursplan auf [yogacircle-berlin.de](http://yogacircle-berlin.de). Nutze auch den Zuschuss der Krankenkassen oder Deines Arbeitgebers – wir informieren Dich.

Anmeldung & Informationen: [info@yogacircle-berlin.de](mailto:info@yogacircle-berlin.de)

## ... natürlich Frau sein!

Schliemann-  
straße 22

Stargarder  
Straße 25

ab 5.9.2016

Mo Pilates postnatal ** 🌙	11.00-12.15	Maria*
Di Yoga prenatal Flow für Schwangere	11.30-12.45	Ulrike
Mi Yoga postnatal ** Yoga prenatal Flow	11.00-12.15 18.30-19.45	Sharada* Zoe
Do Yoga prenatal HormonYoga & Kinderwunsch-Yoga	11.30-12.45 20.15-21.30	Sharada* Sharada*
Fr Yoga prenatal	18.30-19.30	Sharada*

\* zertifiziert von den Krankenkassen  
\*\* Baby darf mit

## Kinder/junge Erwachsene

Schliemann-  
straße 22

Stargarder  
Straße 25

ab 5.9.2016

Mo Eltern-Kind-Yoga ab 3 Jahre*	16.15-17.00	Venna
Mi KinderYoga ab 6 Jahre KinderYoga ab 10 Jahre	16.15-17.00 17.15-18.00	Dietlind Dietlind

\* 15,- / 125,- Euro pro Eltern-Kind-Team

## Erläuterungen zu den Klassen

Alle in den Kursplänen genannten Klassen sind offene Klassen. Du kannst ohne Anmeldung jederzeit einsteigen. Matten sind vorhanden.

🔥 **Agni Yoga** Agni Yoga ist geeignet ab Level I-II. Eine klassische Serie für Reinigung und den berühmten Hot Yoga-Glow. Matte & Yogatowel kannst du bei uns erwerben.

**Yoga I & I-II** Erlerne systematisch gesunde Ausrichtung, Focus und die grundlegenden Asanas. Die flexible Alternative zu unseren Präventionskursen Hatha Yoga.

**Yoga II & II-III** Du fühlst Dich fit und willst Dich weiterentwickeln.

**Vinyasa Flow** Fließende kräftigende Praxis, Vorkenntnisse (Yoga I & I-II) erwünscht.

**Morgen- und Mittagsklassen, Yoga zum Wochenende etc.**

Eine all levels-Klasse. Du brauchst genau jetzt Yoga. Komm und hab' Freude!

**Hormonyoga / KinderwunschYoga** In diese Klasse sind alle Frauen eingeladen, welche natürlich ihre Hormonbalance halten oder wiedergewinnen wollen. Auch ohne Kinderwunsch. Die Übungen sind erdend und energetisierend durch die Verbindung der Asanas mit speziellen Atem- und Energielenkungs-Techniken.

**Yoga 50+** Es ist nie zu spät, mit Yoga zu beginnen. Flexibilität und Energie können wir uns bis ins hohe Alter erhalten. Atme und lebe!

**Tantric Hatha Yoga** Energie für Deine Chakren. Mit Pranayama, Bhandas, Mantras u.a.

**Yin** Lasse los! Für tiefe Entspannung und happy Fasziens.