

# Yoga Intensiv 2021 – Basel

## Freitag, 18 – 20 h



**Ort**  
Lotos Yoga  
Rütimeyerstrasse 40  
4054 Basel



<b>Termin/ Kursleiter/-in</b>	<b>Thema</b>
<b>12. März 2021 – fällt aus</b> Gabriela Müller-Baselgia	Yoga tanzt
<b>23. April 2021 – Zoom</b> Hansjörg Straumann	Rückengerechtes Üben
<b>28. Mai 2021 – zusätzlich via Zoom</b> Martin Merz	Üben in Gelassenheit
<b>25. Juni 2021 – zusätzlich via Zoom</b> Carla Felber	Hatha Yoga und Yoga Nidra (Tiefenentspannung)
<b>27. August 2021</b> Angela Wagner	Ganesha – starke Beine
<b>17. September 2021</b> Barbara Burkhardt	Chakras – Arbeit mit den Energiezentren
<b>29. Oktober 2021</b> Martin Merz	Gleichgewicht und Gleichmut
<b>19. November 2021</b> Andrea Ledergerber	Yoga und das Nervensystem
<b>10. Dezember 2021</b> Carla Felber	Hatha Yoga und Trataka (Fixieren des Blicks z.B. auf eine Kerzenflamme)

### **Dauer / Kosten**

Dauer	2 Stunden
Studierende	gegen Vorzeigen des Lotos Studien-Ausweises kostenlose Teilnahme
alle anderen	CHF 40.- / Barzahlung

### **Anmeldeschluss**

**1 Tag vor Kursbeginn**

Kurzentschlossene können sich direkt mit der Lehrperson in Verbindung setzen:  
[www.lotosyoga.ch](http://www.lotosyoga.ch) = Lehrkräfte der Ausbildung und der Yogakurse.

### **Info & Anmeldung**

• [sekretariat@lotosyoga.ch](mailto:sekretariat@lotosyoga.ch)