

# Gesundheitsyoga & Hormonyoga 2024

mit Herz  und Hirn

mit Vollgas zur Entspannung 😊

## Hormonyoga – Montag Vormittag 09:00 – 10:30

**2232 Deutsch Wagram, Bellegardegasse 12**

**Schnupperstunde 12. Februar 2024 / € 12,--**

erste Einheit: 19. Februar 2024

letzte Einheit: 18. März 2024

= 5 Einheiten = € 85,-- (á 17,--)

**Neukundenaktion € 70,--**

Anmeldungen gehen über die VHS Dt. Wagram

oder gleich hier [Anmeldungen](#)

## Gesundheitsyoga – Mittwoch Vormittag 10:00 – 11:30

**2231 Strasshof, VHS; Schönkirchner Straße 3**

erste Einheit: 28. Februar 2024

letzte Einheit: 20. März 2024

4 Einheiten = € 68,-- (á 17,--)

**Neukundenaktion € 60,--**

Anmeldungen gehen über die VHS Strasshof

oder gleich hier [Anmeldungen](#)

## Gesundheitsyoga – Donnerstag Vormittag 09:00 – 10:30

**2232 Deutsch Wagram; Sunflowyoga, Bellegardegasse 12**

**Schnupperstunde 15. Februar 2024 / € 12,--**

erste Einheit: 22. Februar 2024

letzte Einheit: 21. März 2024

= 5 Einheiten = € 85,-- (á 17,--)

**Neukundenaktion € 70,--**

Anmeldungen gehen über die VHS Dt. Wagram

oder gleich hier [Anmeldungen](#)

## Gesundheitsyoga – Montag Abend 19:00 – 20:30

**2301 Groß Enzersdorf, Mittelschule, Schiestattring 2  
(Bewegungsraum)**

**Schnupperstunde 22. Jänner 2024 / € 12,--**

erste Einheit: 29. Jänner 2024

(5. Februar – entfällt)

letzte Einheit: 18. März 2024

= 7 Einheiten = € 119,-- (á 17,--)

**Neukundenaktion € 105,--**

Anmeldungen und Zahlungen gehen für DIESEN Kurs

über die VHS Groß Enzersdorf

email: [vhs@gross-enzersdorf.gv.at](mailto:vhs@gross-enzersdorf.gv.at)

[Anmeldungen](#)

## Gesundheitsyoga – Mittwoch Abend 19:00 – 20:30

**2214 Auersthal, Pfarrheim, Kirchengasse 1**

**Schnupperstunde € 17. Jänner 2024 / € 12,--**

erste Einheit: 24. Jänner 2024

(31. Jänner – entfällt)

(7. Feb. – entfällt)

letzte Einheit: 20. März 2024

7 Einheiten = € 119,-- (á 17,--)

**Neukundenaktion € 105,--**

[Anmeldungen](#)

 **Hormonyoga – Freitag Nachmittag 14:00 – 15:30**

**2230 Gänserndorf, Kulturhaus, Bahnstrasse 31**

**Schnupperstunde 16. Februar 2024 / € 12,--**

erste Einheit: 23. Februar 2024

letzte Einheit: 22. März 2024

= 5 Einheiten = € 85,-- (á 17,--)

**Neukundenaktion € 70,--**

Anmeldungen gehen über die VHS Gänserndorf  
oder gleich hier [Anmeldungen](#)

**Gesundheitsyoga – Donnerstag Abend 19:00 – 20:30**

**1210 Wien, Strebersdorfer Straße 48**

Erste Einheit: 18. Jänner 2024

(08. Feb. – entfällt)

letzte Einheit: 21. März 2024

[Private Gruppe –](#)

[Hier geht es zur Anfrage für Deine private Yogagruppe](#)

**Gesundheitsyoga – Freitag Nachmittag 16:00 – 17:30**

**2230 Gänserndorf, Kulturhaus, Bahnstrasse 31**

**Schnupperstunde 16. Februar 2024 / € 12,--**

erste Einheit: 23. Februar 2024

letzte Einheit: 22. März 2024

= 5 Einheiten = € 85,-- (á 17,--)

**Neukundenaktion € 70,--**

Anmeldungen gehen über die VHS Gänserndorf  
oder gleich hier [Anmeldungen](#)

**Gesundheitsyoga – Samstag Vormittag 09:00 – 10:30**

**2230 Gänserndorf, Kulturhaus, Bahnstrasse 31**

**Schnupperstunde 17. Februar 2024 / € 12,--**

erste Einheit: 24. Februar 2024

letzte Einheit: 23. März 2024

= 5 Einheiten = € 85,-- (á 17,--)

**Neukundenaktion € 70,--**

Anmeldungen gehen über die VHS Gänserndorf  
oder gleich hier [Anmeldungen](#)

**Anmeldungen für alle Kurse: ab sofort möglich**  
unter [www.mitherzundhirn.co.at](http://www.mitherzundhirn.co.at) (Kurse – Seminare)

\*für die Anmeldung wirst Du auch meine Anmeldeplattform Eversport  
weitergeleitet



**Du kannst nicht zu allen Terminen von  
Deinem Kurs?**

Hole Deine verpasste Einheit bei einer anderen  
Yogaklasse nach - ODER -  
schicke Ersatz statt Deiner - ODER -  
nimm das nächste Mal einen zweiten Yogie mit  
damit jemand anderer Deine verpasste Einheit  
genießen kann.



**Ich freue mich auf Dich, unsere Begegnung und unsere gemeinsame Yogazeit.**


**Sonnige Grüße**

**Laila**

Stressmanagement – Burn Out Prävention & Yoga

A-2214 Auersthal, Mozartstrasse 3 • Tel: +43 660 25 25 862 • [praxis@mitherzundhirn.co.at](mailto:praxis@mitherzundhirn.co.at) • [www.mitherzundhirn.co.at](http://www.mitherzundhirn.co.at)

Laila Ragab Stressmanagement – Burn Out Prävention & Yoga • ATU 74 12 41 46

Kunstwerkstatt fürs Herz  und Hirn • A-2214 Auersthal, Mozartstrasse 3 • Tel: +43 660 25 25 862 • [praxis@mitherzundhirn.co.at](mailto:praxis@mitherzundhirn.co.at) • [www.mitherzundhirn.co.at](http://www.mitherzundhirn.co.at)

Bankverbindung: Erste Bank • IBAN: AT 82 2011 1840 8896 85 00 • BIC: GIBAAWXXX

Yogatermine\_1 Quartal 2024\_mit Anmelde links.docx/ Jänner 2024