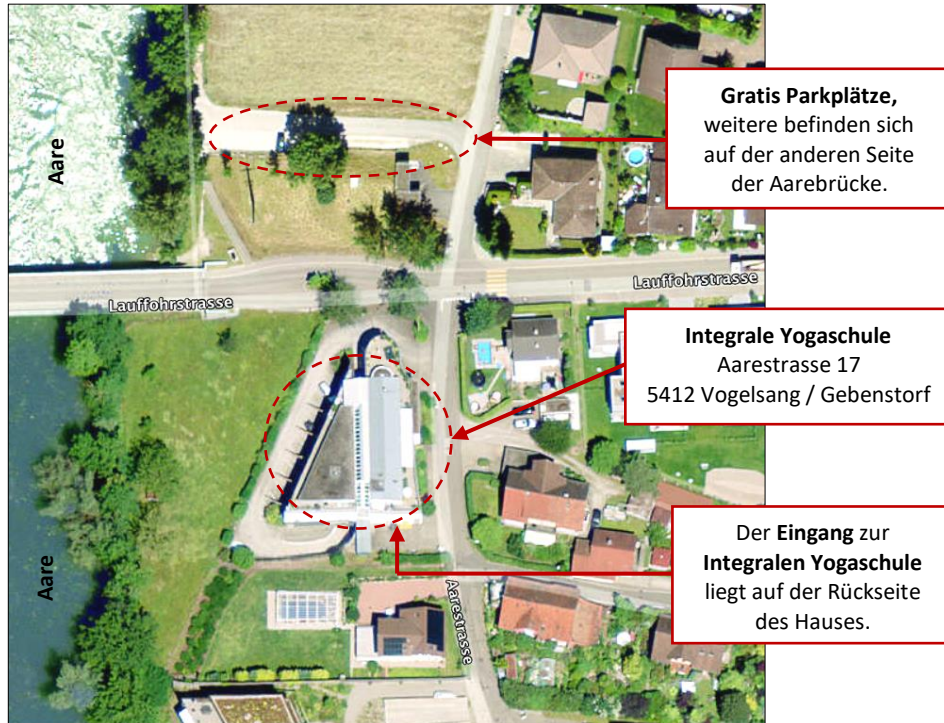
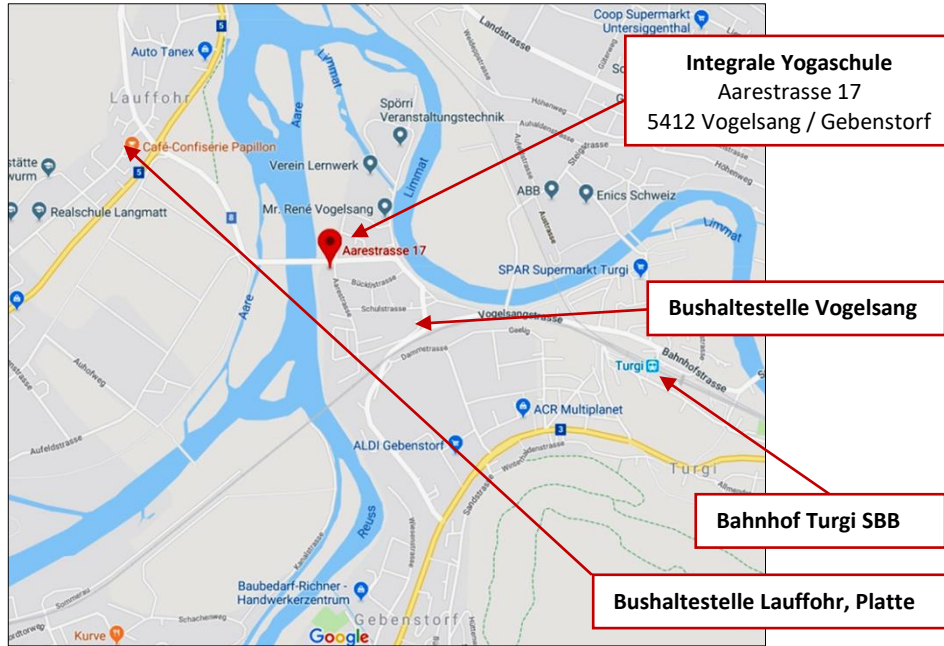


## Lageplan Integrale Yogaschule



# Yoga für Männer

## in der Region Brugg

**Kursleitung: Jean-Pierre Wicht**



## Integrale Yogaschule

Aarestrasse 17, CH-5412 Vogelsang / Gebenstorf



Korrespondenzadresse:

Integrale Yogaschule, Dorfstrasse 8c  
CH-5412 Gebenstorf, Tel. +41 (0)79 642'18'67  
info@yoga4men.ch, www.yoga4men.ch

## Fortlaufende Yoga-Kurse für Männer

Tag:	Zeiten:	Kursbezeichnung:
Montag	20:15 - 21:45	Achtsamkeit / Meditation für Männer
Freitag	19:30 - 21:00	Hatha-Yoga für Männer

Sie können aber gerne auch in einem der folgenden gemischten Hatha-Yoga-Kurse teilnehmen:

Montag	18:30 - 20:00	Hatha-Yoga für alle - fortlaufend
Donnerstag	12:00 - 13:30	Hatha-Yoga für alle - fortlaufend
Donnerstag	17:45 - 19:15	Hatha-Yoga für alle - fortlaufend
Donnerstag	19:45 - 21:15	Hatha-Yoga für alle - fortlaufend

## Sanftes Yoga für jedes Alter

Unser Yogastil, welcher in dieser Form in Indien schon seit mehreren hundert Jahren praktiziert wird, ist ruhig und sanft, unter Einbezug des bewussten Atmens. Dadurch entstehen viele positive nachhaltige Wirkungen für Körper, Vital (Lebenskraft) und Mental.

## Kursleitung



**Jean-Pierre Wicht**, dipl. Yogalehrer, YCH / EYU anerkannt.

Er führt seit 1995 eine eigene Yogaschule mit regelmässig stattfindenden Yogakursen.

Jean-Pierre Wicht erhielt 1997 von seinem Lehrer die Berechtigung (Yogācārya-Titel), Yogalehrer/innen des klassischen Yoga auszubilden.

Seit 1998 leitet er verschiedene Yoga Aus- und Weiterbildungs-Lehrgänge.

## Allgemeine Informationen

<b>Kursort:</b>	Integrale Yogaschule, Aarestrasse 17 CH-5412 Vogelsang / Gebenstorf
<b>Kursleitung:</b>	Jean-Pierre Wicht, dipl. Yogalehrer, YCH / EYU anerkannt
<b>Kurskosten:</b>	CHF 224.-, Abo für 7 Lektionen zu 90 Min. einlösbar innerhalb 10 Wochen <b>Rabatte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Bei Einlösung der 7 Lektionen innerhalb von 7 Wochen ab Abo-Beginn gewähren wir einen Preisnachlass von CHF 14.-.</li><li>Bei Einlösung der 7 Lektionen innerhalb von 8 Wochen ab Abo-Beginn gewähren wir gerne einen Preisnachlass von CHF 7.-.</li></ul>
<b>Probelektion:</b>	Jederzeit nach Voranmeldung möglich. Kosten CHF 32.-. Diese Kosten werden bei einer Kursanmeldung angerechnet und von den Abonnement-Kosten abgezogen.
<b>Kurseinstieg:</b>	Jederzeit möglich, Anmeldung erforderlich.
<b>Krankenkassen:</b>	Einige Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten unserer Yogakurse. Wir haben das EMR- sowie EMfit-Qualitätslabel.
<b>Mitbringen:</b>	Bequeme Kleidung für die Yogapraxis. Yogamatten und Sitzkissen sind vorhanden.
<b>Erreichbarkeit und Parkplätze:</b>	Die Integrale Yogaschule ist vom Bahnhof Turgi SBB in 15 Min. (1.2 Km) zu Fuss erreichbar. Die Bushaltestelle Vogelsang (Bus-Linie 357) liegt 500 m vom Kursort entfernt (ca. 6 Min. Fussweg). Die Busse verkehren täglich (ausser am Sonntag) alle 30 Minuten von 6.00 bis 20.30 Uhr in Richtung Gebenstorf und in Richtung Bahnhof Turgi SBB. Auf beiden Seiten der Aarebrücke gibt es gratis Parkplätze.