





Stand Juni 2024



## Yoga ab Juli 2024

**Präventionskurse von den gesetzl. Krankenkassen mit bis zu 65% bezuschusst!!!**

SOMMERYOGA auf der Festung Ehrenbreitstein

**Im Wechsel Montags und Mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr bei trockenem Wetter**

Genießt du es auch bei schönem Wetter Yoga im Freien zu üben, so ganz eins zu sein mit der Natur? Endlich wieder eine persönlich angeleitete Yogastunde mit anderen Teilnehmern/-innen gemeinsam zu praktizieren? Dann sei dabei - Montag oder Mittwoch bei trockenem Wetter auf dem Buga-Gelände der Festung Ehrenbreitstein.

Aktuelle Infos an welchem Tag der Kurs stattfindet erfährst du in meiner What's App Gruppe. Schicke mir dafür gerne deine Handynummer und ich nehme dich in die Gruppe mit auf.

Bitte bis jeweils Montags/Mittwochs, **14.00 Uhr** per Whats App oder SMS anmelden. Die Anmeldung für die Yogastunde auf der Festung ist dann verbindlich. Zahlung vorab per Paypal (paypal.me/silkegoebel) oder Barzahlung auf der Festung. Teilnahmegebühr 90 min € 13,00

HATHA YOGA für Dich

**Hatha Yoga Sanft für Anfänger und Wiedereinsteiger - Präsenzkurs**

10 Termine à 90 Minuten, Montags, 17.45 - 19.15 Uhr

Präventionskurs Kursstart: 07.10. - 09.12.2024

Veranstaltungsort: Yogastudio Ina Römer,  
Hohenzollernstraße 119, 56068 Koblenz

€ 150,00

**Hatha Yoga sanfte Mittelstufe - Präsenzkurs**

10 Termine à 90 Minuten, Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

Präventionskurs Kursstart: 07.10. - 09.12.2024

Veranstaltungsort: Yogastudio Ina Römer,  
Hohenzollernstraße 119, 56068 Koblenz

€ 150,00

**Hatha Yoga Einzelunterricht – ganz individuell für dich - jederzeit**

Veranstaltungsort: Lückenstraße 10a, 56073 Koblenz oder online via Zoom

Terminvereinbarung und Vorgespräch unter 0173 / 3035623.

Unterrichtseinheit à 60 Min

€ 60,00

Zehnerkarte 10 Stunden à 60 Min € 550,00

**Jetzt Probestunde vereinbaren !**

(Änderungen vorbehalten)

Zurück zu [Ruhetöne](#).

Silke Virajā Göbel  
Wellnesstrainerin · Entspannungstrainerin · Yogalehrerin BYV

eMail an [Ruhetöne](#)

Lückenstraße 10a · 56073 Koblenz  
Telefon 0173.3035623 · eMail silke@ruhetoene.de · www.ruhetoene.de



## YOGA online via ZOOM

Praktiziere Yoga wann du willst, wo du willst in eigener Regie mit Anleitung

Buche dir die **Zoom-Aufzeichnung** meiner Yogastunde oder Online-Kurse.

Einzelstunde à 90 Min	€	12,00 €
Hatha Yoga Anfänger und Wiedereinsteiger 8 x 90 Min	€	80,00 €
Hatha Yoga Chakren-Kurs 7 x 90 Min	€	70,00 €

Für die Onlinestunde (90 min) bekommst du einen Zugangslink von mir zugeschickt. Du brauchst entweder einen PC, ein Laptop, Tablett oder Handy (bei Tablett und Handy bitte vorher Zoom-App runterladen).

Die Anmeldung für die Yogastunde bzw. den kompletten Yogakurs ist dann jeweils verbindlich. Zahlung vorab per Paypal ([paypal.me/silkegoebel](https://paypal.me/silkegoebel)) oder per Banküberweisung (Silke Göbel, Volksbank RheinAhrEifel IBAN: DE82 5776 1591 5042 0820 00).

Kontakt: [silke@ruhetoene.de](mailto:silke@ruhetoene.de) oder 0173 / 3035623

Zurück zu [Ruhetöne](#).

eMail an [Ruhetöne](#)

Silke Virajā Göbel  
Wellnesstrainerin · Entspannungstrainerin · Yogalehrerin BYV

Lückenstraße 10a · 56073 Koblenz  
Telefon 0173.3035623 · eMail [silke@ruhetoene.de](mailto:silke@ruhetoene.de) · [www.ruhetoene.de](http://www.ruhetoene.de)