



Stand Feb 2024



## Yogakurse ab Februar 2024

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

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: 08.04. - 24.06.2024

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: 08.04. - 24.06.2024

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

€ 55,00

Zehnerkarte 10 Stunden à 60 Min € 500,00

## Jetzt Probestunde vereinbaren !

Infos/Anmeldung unter [silke@ruhetoene.de](mailto:silke@ruhetoene.de)

oder 0173 / 3035623

(Änderungen vorbehalten)



Zurück zu [Ruhetöne](#).

eMail an [Ruhetöne](#)

Silke Virajá 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)



Stand Februar 2024



## Online-Yogakurse jederzeit

### Hatha Yoga Online - Kurse

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

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

#### Hatha Yoga Sanft (Anfänger & Wiedereinsteiger) – Onlinekurs (Aufzeichnung)

7 Yogaeinheiten à 60 Minuten - jederzeit

Du übst lieber für dich, möchtest aber gerne eine professionelle Anleitung?

Dann starte mit meinem Online-Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger und

praktiziere für dich in deinem ganz eigenen Tempo bequem von zu Hause € 77,00

#### Hatha Yoga Chakren Kurs – Onlinekurs (Aufzeichnung)

7 Yogaeinheiten à 90 Minuten - jederzeit

Dieser Kurs führt dich durch die sieben Hauptchakren, die Energiezentren im Körper.

Beginnend mit dem Wurzelchakra und aufsteigend bis zum Kronenchakra lernst du

in jeder Kursstunde ein Chakra und dessen besondere Eigenschaften kennen und

wie du dieses durch Yoga-Praktiken aktivieren und harmonisieren kannst. € 88,00

**Einzelstunden zu bestimmten Themen** auf Anfrage à 90 Min € 12,00

Für die Onlinestunde 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 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)

**Jetzt Probestunde vereinbaren !**



Zurück zu [Ruhetöne](https://www.ruhetoene.de).

Silke Virajā Göbel  
Wellnesstrainerin · Entspannungstrainerin · Yogalehrerin BYV

eMail an [Ruhetöne](mailto:silke@ruhetoene.de)

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