

# Programm / Preise

## Yogakurse:

Die Kursabende finden in der **Benediktiner-Abtei Kornelimünster Oberforstbacherstraße 71** jeweils von 20:00 - 21:30 Uhr im Meditationsraum statt.

Jede Stunde hat einen Themenschwerpunkt, so daß Du immer wieder neue Erfahrungen machen kannst. Dich erwarten praktische Übungen für mehr Beweglichkeit und Entspannung. Für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Es ist möglich, nicht wahrgenommene Stunden, nach vorheriger Absprache, an einem anderen Termin nachzuholen. In den Ferien und an den Feiertagen finden keine Yogastunden statt.

## Termine:

### jeweils dienstags:

- 10.01. - 04.04.2017  
13 Abende 117€
- 25.04. - 11.07.2017  
12 Abende 108€
- 29.08. - 17.10.2017  
7 Abende 63€
- 07.11. - 19.12.2017  
7 Abende 63€

### jeweils donnerstags:

- 12.01. - 06.04.2017  
12 Abende (außer 23.02.!) 108€
- 04.05. - 13.07.2017  
9 Abende 81€
- 31.08. - 19.10.2017  
8 Abende 72€
- 09.11. - 21.12.2017  
7 Abende 63€

## Leitung:

### Norbert Telöken:

Den Weg des Yoga habe ich fest in mein Leben integriert. Er unterstützt mich im Familien- und Berufsalltag, genauso wie in besonderen persönlichen Situationen. Meine Kurse beruhen auf eigenen Erfahrungen und mein Unterricht ist abwechslungsreich und kreativ gestaltet, um Yoga in vielen Facetten zu spüren und für Dich erfahrbar zu machen.

### **Norbert Telöken**

Yogalehrer (BYV)  
Dipl. Sozialpädagoge  
Belgenbacher Weg 7  
52156 Monschau  
Tel.: 02472 / 970563  
n.teloken@web.de

**LustaufYoga.com**