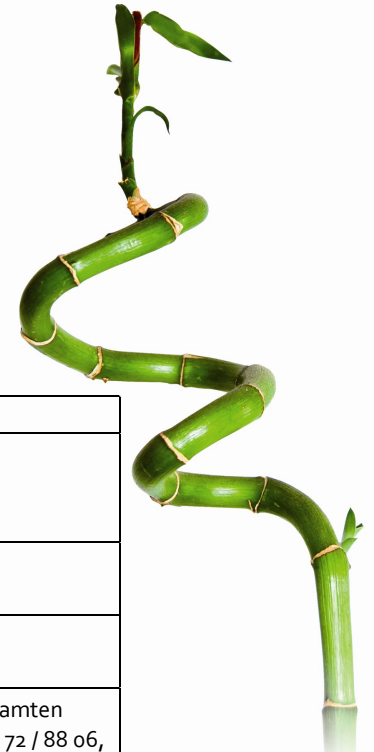


Institut für körperliche & geistige Bewegung

## YOGA und SuryaSoul®TANZ: Jänner bis März 2023 \*

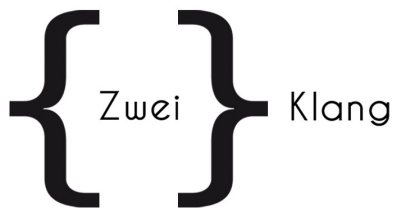
MIT ANGELIKA WUKOVITS



Wochentag	Zeitraum	Was	Wo	Organisiert über	Anmeldung
<b>MO</b>	17.30 - 19.00	YOGA aktiv	Neusiedl am See, KIGA Gartenweg 18 + <b>Online Live über Zoom</b> AUFZEICHNUNG erhältlich	Zweiklang	Nein, offene Stunden
<b>MO</b>	19.15 - 20.45	YOGA aktiv	Neusiedl am See, KIGA Gartenweg 18	Zweiklang	Nein, offene Stunden
<b>DI</b>	18.15 - 19.45	YOGA sanft	Neusiedl am See, KIGA Gartenweg 18 + <b>Online Live über Zoom</b>	Zweiklang	Nein, offene Stunden
<b>DO</b>	9.00 - 10.30 23.2. bis 13.4.23	YOGA sanft - Kurs VHS	Mönchhof Gemeindezentrum	VHS Bgld. / Frauenkirchen	Ja, für den gesamten Kurs, unter 021 72 / 88 06, <a href="http://www.vhs-burgenland.at">www.vhs-burgenland.at</a>
<b>DO</b>	Abends	YOGA - Kurse VHS	VHS Bruck/L.	VHS Bruck/L.	Ja, bereits ausgebucht
<b>FR</b>	9.00 - 10.30 3.3. bis 21.4.23	YOGA sanft - Kurs VHS	reiner <b>Online-Kurs</b>	VHS Bgld. / Frauenkirchen	Ja, für den gesamten Kurs, unter 021 72 / 88 06, <a href="http://www.vhs-burgenland.at">www.vhs-burgenland.at</a>
<b>SA</b>	10.00 - 11.30 jeden zweiten Samstag, in den geraden KW	SuryaSoul®TANZ (Dance of Spirit)	Neusiedl am See, KIGA Gartenweg 18 + zwei Zusatztermine über die VHSen (mehr dazu im SuryaSoul-Extrablatt)	Zweiklang + VHS Bruck u. Bgld.	Ja, unter 0664 855 83 43 bzw. VHSen

### \* MO, 9.1. bis FR 31.3.2023 (vorbehaltlich Änderungen)

Yoga aktiv: mit Sonnengruß und fordernden Variationen in einem guten Mittelmaß. Yoga sanft: langsamere Praxis, auch Yin-Yoga, ohne Sonnengruß. Grundsätzlich gilt: Der Yogaunterricht wird an die Bedürfnisse der TeilnehmerInnen angepasst. Alle Einheiten sind sowohl für BeginnerInnen wie Geübte geeignet.



Institut für körperliche & geistige Bewegung

## Online Live über Zoom

Die beiden Einheiten **Mo, 17.30** und **Di, 18.15** werden **zusätzlich über Zoom** (=hybrid) übertragen. Die Zugangslinks sende ich per e-mail zu, sofern du sie noch nicht hast. Bitte stelle die Verbindung ca. 10 min vor Beginn der Yogastunde her.

## Aufzeichnung(en)

Yoga online, beliebig oft, zeitunabhängig und mit mir. Es gibt **ab Jänner 2023** noch eine tolle **Verbesserung**: Eine Aufzeichnung ist aufgrund des erhöhten Speicherplatzes auf der Zoom-Cloud statt drei Wochen **jetzt 2 Monate lang verfügbar!** Möchtest du eine Einheit, schick bitte ein e-mail an [office@zweiklang.at](mailto:office@zweiklang.at) oder eine Nachricht an 0664 855 83 43 (SMS, WhatsApp). Diesen einmaligen Link schicke ich nach Bestellung per e-mail zu.

## Beiträge

Ich erhöhe den VorOrt-Preis nicht, solange es geht. Jetzt möchte ich mehr Übersicht schaffen und die Online-Preise gehören angepasst, d.h. es gibt ab 1.1.2023 **BEIM YOGA EINEN PREIS FÜR ALLES: VOR ORT, ONLINE ODER AUFZEICHNUNG.**

**Yoga 4er-Block, 6 Wochen gültig**

€ 60,-

**Yoga Einzeleinheit**

€ 17,-

**Yoga Einmaliges Schnuppern**

€ 10,-

**SuryaSoul®TANZ Einzeleinheit**

€ 25,- bzw. **Freunde-Bonus: zu zweit je € 22,-**

Die über Zweiklang organisierten Yogastunden finden fortlaufend statt. Ein **Einstieg ist jederzeit möglich**. Dein Block ist nicht auf andere Personen übertragbar und ist ab Ausstellungsdatum 6 Wochen gültig. Wenn du ganz ungebunden sein willst, zahlst du nur die Stunde bei der du mitmachst, also die Einzeleinheit! Yoga-Equipment steht zur Verfügung: Matte, Decke, Polster, Block, Gurt. Nimm gerne dein eigenes und ev. Handtuch und Wasserflasche mit.

## SuryaSoul®TANZ

SuryaSoul® ist getanzte Lebensfreude, bewusste Bewegung und Meditation basierend auf den Lehren der sieben Haupt-Chakras (Energiezentren) und den Philosophien von Tao und Integral Yoga. Das Format ‚Dance of Spirit‘ ist **freier Tanz zu Musik aus allen Genres, für kreativen Selbstausdruck und ganzheitliche Selbsterfahrung in der stärkenden Gruppe zu inspirierenden Themen**. Nähere Infos dazu im Extrablatt.

Planungsstand 22.12.22; Änderungen vorbehalten. Alles aktuell unter [www.zweiklang.at](http://www.zweiklang.at)

DI(FH) Angelika Wukovits, Tel. 0664 / 855 83 43, [office@zweiklang.at](mailto:office@zweiklang.at)