



Hathayoga nach B.K.S. Iyengar

Kurse 1.Trimester 2026: 7. Januar – 2. April 2026

Mo./ Do. Abend/ Fr. 11 Übungseinheiten

Mi./ Do. Vormittag 12 Übungseinheiten

Dienstag 8 Übungseinheiten (03.02. – 24.02. kein Unterricht)

Kein Unterricht vom 16.- 21. Februar (Faschingsferien)

Neuer Kursbeginn: ab 13. April – 31. Juli 2026

Yoga am Samstag

Samstag, 10 – 12 Uhr (individuell buchbar)

17.01., 14.02., 14.03.

07.03.: Yoga Info- und Kennenlerntag 14.30-17.00 Uhr!

Seminare 2026:

Yogaseminare mit Birgit und Andreas:

23. – 25. Januar, Seminarhaus Knaubenhof/Otting

24. – 26. April, Werkstatt Engel in Niedersonthofen/Allgäu

24. – 27. September, Schloss Wasmuthhausen

20. – 22. November, Werkstatt Engel in Niedersonthofen/Allgäu

**13. – 16. August mit Birgit Yoga und Meditation im
Johanneshof, Schwarzwald**

**28. Februar, 10 – 13 Uhr, Beckenbodenworkshop
mit Susanne Kemmerer**

yoga-rothenburg Birgit Reuther Tel: 09861-86647
Bankverbindung: VR-Bank Mittelfranken Mitte eG
IBAN: DE36 7656 0060 0001 8371 33 BIC: GENODEF1ANS



Kursplan I. Trimester 2026

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|--|---|--|---|---|---|
| | 9.00 – 10.30 8 x 136 € | Birgit 9.00 – 10.30 12 x 204 € | Birgit 9.00 – 10.30 12 x 204 € | | Birgit Pranayama/Meditation 7.15 – 8.15 Online jeden 2. und 4. Samstag Gebühr 12 € |
| | Birgit 9.30 – 11.00 Online 15 € / Einheit | | | Birgit 9.45 – 11.15 11 x 187 € | |
| Birgit Yoga sanft 16.15 – 17.30 11 x 154 € | | | | Birgit 17.00 – 18.30 Online 15 € / Einheit | Meditation mit Sase 7.30 – 8.00 Uhr Online jeden 1. und 3. Samstag 6 € |
| Birgit 17.45 – 19.15 11 x 187 € | Sase 17.30 – 19.00 8 x 136 € | Birgit 16.45 – 18.15 12 x 204 € | Andreas 17.30 – 19.00 11 x 187 € | Andreas 16.00 – 17.30 11 x 187 € | Yoga am Samstag 10.00 – 12.00 17.01./ 14.02. u. 14.03. 28 € |
| Birgit 19.30 – 21.00 11 x 187 € | Sase 19.15 – 20.45 8 x 136 € | Birgit 18.30 – 20.00 12 x 204 € | Andreas 19.15 – 20.45 11 x 187 € | Andreas 18.00 – 19.30 11 x 187 € | |
| Sase 19.30 – 21.00 Online 15 € / Einheit | Birgit 18.30 – 20.00 Online 15 € / Einheit | Andreas 17.30 – 19.00 Online 15 € / Einheit | | | |