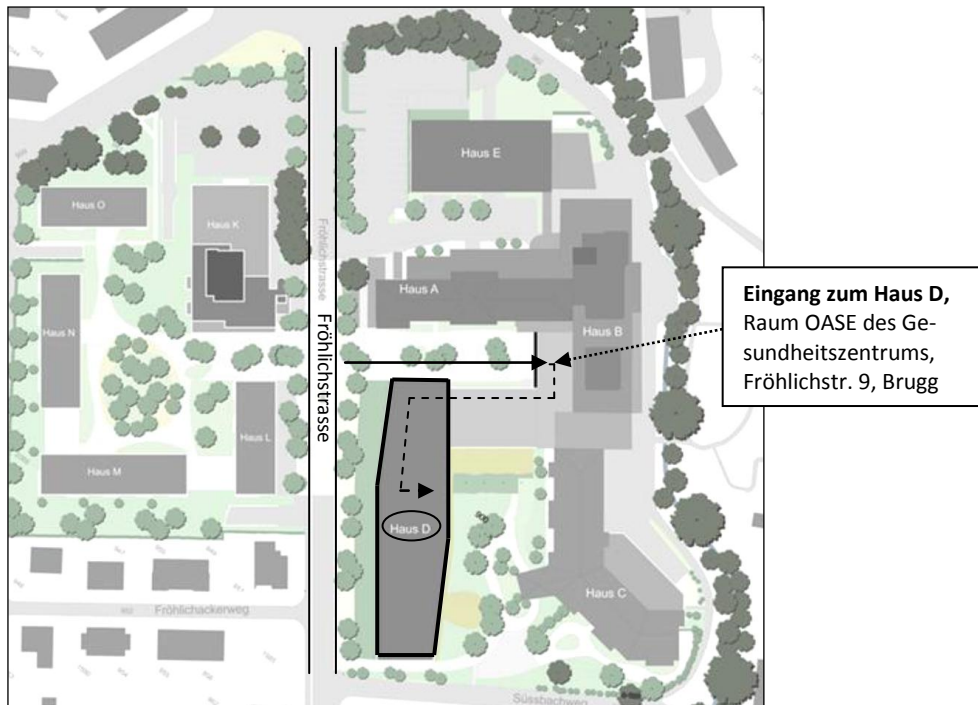
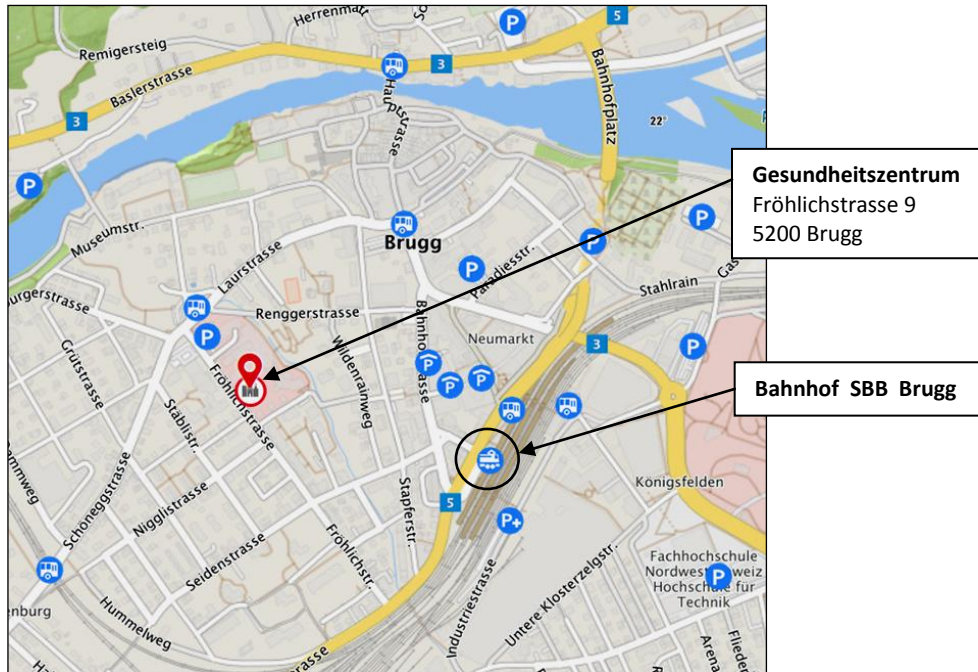


## Lageplan Gesundheitszentrum Brugg:



# Yoga-Kurse

am Montag-, Donnerstag- und Freitagabend  
Kursleitung: Jean-Pierre Wicht



Kursort:



**GESUNDHEITS  
ZENTRUM BRUGG**

Fröhlichstrasse 9, Haus D  
Raum OASE, 5200 Brugg

## Integrale Yogaschule

Yogakurse in der Region Brugg /Baden

Korrespondenzadresse:

**Dorfstrasse 8c, CH-5412 Gebenstorf**

jean-pierre@yoga-zentrum.ch, Tel. 079 642 18 67

**[www.integrale-yogaschule.ch](http://www.integrale-yogaschule.ch)**

## Kursübersicht:

Tag:	Zeiten:	Kursbezeichnung:
Montag	18:30 - 20:00	Hatha-Yoga für alle - fortlaufend
Montag	20:15 - 21:45	Meditation für Männer - fortlaufend
Donnerstag	18:00 - 19:30	Hatha-Yoga für alle - fortlaufend
Donnerstag	19:45 - 21:15	Hatha-Yoga für alle - fortlaufend
Freitag	17:45 - 19:15	Hatha-Yoga für alle - fortlaufend
Freitag	19:30 - 21:00	Hatha-Yoga für Männer - fortlaufend

### Sanftes Yoga für jedes Alter

Unser Yogastil, welcher in dieser Form in Indien schon seit mehreren hundert Jahren praktiziert wird, ist ruhig und sanft, unter Einbezug des bewussten Atmens. Dadurch entstehen viele positive nachhaltige Wirkungen für Körper, Vital (Lebenskraft) und Mental.

### Kursleitung:



**Jean-Pierre Wicht**, dipl. Yogalehrer, YCH / EYU anerkannt.

Er führt seit 1995 eine eigene Yogaschule mit regelmässig stattfindenden Yogakursen.

Jean-Pierre Wicht erhielt 1997 von seinem Lehrer die Berechtigung (Yogācārya-Titel), Yogalehrer/innen des klassischen Yoga auszubilden.

Seit 1998 leitet er verschiedene Yoga Aus- und Weiterbildungs-Lehrgänge.

## Allgemeine Informationen:

<b>Kursort:</b>	Gesundheitszentrum Brugg, Haus D, Raum OASE Fröhlichstrasse 9, 5200 Brugg
<b>Kursleitung:</b>	Jean-Pierre Wicht, dipl. Yogalehrer, YCH anerkannt
<b>Kurskosten:</b>	CHF 210.00 <sup>*)</sup> (Abo für 7 Lektionen zu 90 Min.) einlösbar innerhalb 10 Wochen <b>*) ab 2019 neue Preise: CHF 224.-</b> Wir führen ab 2019 folgende Rabatte ein: - Wer die 7 Lektionen lückenlos in 7 Wochen belegt, erhält beim nächsten Abo einen Preisnachlass von CHF 14.- was dem früheren Kurspreis von CHF 210.- entspricht. - Wer die 7 Lektionen in 8 Wochen belegt (1x gefehlt), erhält auf das nächste Abo einen Preisnachlass von CHF 7.-
<b>Probelektion:</b>	Jederzeit nach Voranmeldung möglich. Kosten CHF 30.00, wird bei Kursanmeldung am Kurspreis angerechnet.
<b>Ermässigung:</b>	30% für Schüler, Studenten und Arbeitslose, sofern sich nicht die Krankenkasse an den Kosten beteiligt.
<b>Kurseinstieg:</b>	Jederzeit möglich
<b>Krankenkassen:</b>	Einige Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten unserer Yogakurse. Wir haben das EMR- sowie EMfit-Qualitätslabel.
<b>Mitbringen:</b>	Vor Ort sind keine Yoga-Matten vorhanden. Bitte bringen Sie eine Gymnastik- oder Yogamatte, allenfalls eine Wolldecke mit.
<b>Anfahrt und Parkplätze:</b>	Das Gesundheitszentrum ist in ca. 10 Minuten zu Fuss vom Bahnhof Brugg erreichbar. In der Nähe des Gesundheitszentrums gibt es verschiedene kostenpflichtige Parkplätze (täglich gratis ab 19.00 Uhr).