

EVENTS

mehr Info unter www.cityyoga.at

JAHRESKREIS – SOMMERSONNENWEND (K2531)

Donnerstag, 21. Juni, 17:00 – 19:00 Uhr
Yoga & Ritual mit Maria

JAHRESKREIS – HERBST TAG- & NACHTGLEICHE (K2532)

Sonntag, 23. September, 17:00 – 19:00 Uhr
Yoga & Ritual mit Maria

WEITERBILDUNGEN

mehr Info unter www.cityyoga.at/workshops/

DYNAMISCHE FASZIEN YOGA AUSBILDUNG (K2546)

Donnerstag, 4. – Sonntag, 7. Oktober
mit Amiena Zylla, € 540,- / Early Bird bis 20. August € 500,-DIE PHILOSOPHIE DES TANTRISMUS
UND DIE PARALLELEN ZUM HATHAYOGA (K2589)Sonntag, 21. Oktober 9:30 – 17:30 Uhr
mit Mag. phil. Shakiri Juen
€ 108,- ab 21. September 2018
€ 89,- Early Bird bis 21. September 2018
€ 85,- für alle CY Pro AbsolventInnen I-V bis 21. September 2018
inklusive detailliertem Skriptum zum NachlesenMERIDIAN YOGA AND QIGONG
FLOWING INTO WHOLENESS (K2581)Freitag, 9. – Sonntag, 11. November 2018
mit Daniel Orlansky
Gesamter Workshop: € 262,- / Early Bird bis 1. Oktober € 236,-

Einzelner Tag € 110,-:

Samstag, 10. November (K2582)
Sonntag, 11. November (K2583)

Einzelne Workshops € 59,-:

Freitag, 9. November 19:00 – 21:30 Uhr (K2584)
Samstag, 10. November 11:00 – 13:30 Uhr (K2585)
Samstag, 10. November 15:00 – 17:30 Uhr (K2586)
Sonntag, 11. November 11:00 – 13:30 Uhr (K2587)
Sonntag, 11. November 15:00 – 17:30 Uhr (K2588)LIEBER YOGI
LIEBE YOGINI

Nutze deinen Sommer und lerne mehr über dich: deine Yogapraxis leitet dich durch Herausforderungen auf der Matte, die du in anderer Form auch abseits der Matte erlebst. Schwierigkeiten in einer Asana lassen sich durch stete Praxis meistern, Fokus und Gelassenheit entstehen. So bewältigst du vieles einfacher, was in deinem Alltag auf dich zukommt.

Wir bieten dir in diesem Sommer ein noch größeres Angebot an Stunden: 337 Einheiten – mit deiner Sommercard fällt es dir leichter, eine regelmäßige Praxis aufrecht zu halten. Dazu gibt es unser **Sommerspiel** - jede Woche ist ein Buchstabe im Studio für dich versteckt: hast du über die dreizehn Sommerwochen alle Buchstaben gesammelt, findest du mühelos dein Lösungswort – mit etwas Glück gewinnst du eine von drei Monatskarten!Auf ein freudiges, heilendes, mutiges, gemeinsames Yogieren!
Maria und das City Yoga Team.

TREATMENTS

ORDINATION Dr. Gernot Träger

Akupunktur, Manualtherapie, Yogatherapie, Mikronährstoffdiagnostik
Kontakt: 0699 / 11 45 68 70

ERNÄHRUNGSBERATUNG NACH TCM Konstanze Walter

Kontakt: 0676 / 31 86 535
2 Termine (Erstgespräch & Beratung) € 115,-

NUAD-THAI YOGA KÖRPERARBEIT Nada Kälin

Kontakt: 0664 / 73 650 384, nada.kaelin@gmx.at
90 Min. € 80,- / 30 Min. zum Kennenlernen € 30,-

ROLFING® Nathan Michael Ingvalson

zur Verbesserung von Struktur (Körperbau) und Funktion (Bewegung)
Kontakt: 0650 / 8513137 oder www.ingvalson-rolfing.at

SHIATSU Maria Koller

Kontakt: 0650 / 673 12 65, maria-koller@gmx.net
Sitzung 60 Min. € 60,- 5er Block € 280,-

ORDINATION Dr. Petra Prager

Ärztin für Allgemeinmedizin und Akupunktur,
Med. Ayurveda-Spezialistin, Kontakt: 0664 / 87 05 290

PREISE

EINZELKARTE € 16,- / ermäßigt € 15,-
10ER-BLOCK € 145,- / ermäßigt € 135,-
20ER-BLOCK € 230,- / ermäßigt € 210,- / Studierende € 140,-
5ER-BLOCK FÜR SCHWANGERE € 75,- / ermäßigt € 70,-
Blöcke sind 6 Monate gültig, Verlängerung mit AufzahlungMONATSKARTE € 108,- / ermäßigt € 99,- / für Paare € 163,-
HALBJAHRESKARTE € 590,- / ermäßigt € 520,- / für Paare € 870,-
TOURIST SPECIAL € 39,-
1 Woche: sogar zweimal täglichBASISKURS € 90,- / ermäßigt € 80,-
SUMMERCARD € 229,- / ermäßigt € 199,-

- Die Blöcke sind 6 Monate gültig, du kannst damit jede offene Yogaeinheit besuchen.
- Mit einer Monats- und Halbjahreskarte kannst du jede offene Yogaeinheit besuchen (sogar 2 mal täglich).
- Für Paar-Tarife gilt derselbe gemeinsame Wohnsitz.
- Ermäßigung gilt für SchülerInnen, Studierende bis 27 Jahre, SeniorInnen ab 65 Jahre, Arbeitslose, KulturpassbesitzerInnen, LUV, MedUni, ÖF, TU, Campus, Odörfer, GKK, st. Landesverband der Psychotherapie, KUG (mit gültigem Ausweis).
- Anmeldung für Seminare & Workshops im Büro oder unter office@cityyoga.at mit Angabe von Name, Adresse, Telefonnummer und der Kursnummer.
- Alle Preise in Euro inklusive 20% Mehrwertsteuer.

DAS LESEN UNSERER AGB IST VERPFLICHTEND FÜR DIE
TEILNAHME AN VERANSTALTUNGEN IM CITY YOGA.
www.cityyoga.at/kontakt/agb

ÖFFNUNGSZEITEN BÜRO & SHOP

Juli: Montag, Dienstag, Donnerstag & Freitag 8:30–11:30 Uhr
August: Dienstag, Donnerstag & Freitag 8:30–10:30 Uhr
September: Montag bis Freitag 8:30–12:00 Uhr
Zusätzlich öffnen wir 30 Min. vor und schließen 15 Min. nach Unterrichtsbeginn. Aktuelles Programm auf www.cityyoga.at/stundenplan.CITY
YOGACITY YOGA
8010 Graz
Am Eisernen Tor 3
Tel.: 0316 / 81 32 83
office@cityyoga.at
www.cityyoga.at© 2018 City Yoga Graz. Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten.
Gültig von 1. Juli bis 30. September 2018. Veränderungen des Stundenplans sind möglich, bitte informiere dich auf www.cityyoga.at. Foto: KubizaCITY
YOGATRANSFORM
YOUR LIFE

SOMMER

2018
PROGRAMM337 YOGA
EINHEITEN
IM SOMMER13
VERSCHIEDENE
YOGASTILE

CITY YOGA SUMMERCARD

Wir bieten bis zu 30 Einheiten pro Woche,
du praktizierst sogar 2 mal täglich:
€ 229,- / ermäßigt € 199,-

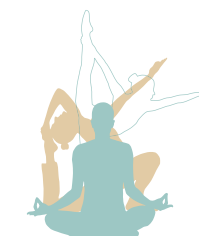
NEU BEI YOGA?

Schnupperwoche € 25,-
3 Basiskurse + 2 Einheiten gratis dazu!

BEI UNS IST MEHR DRIN!

Offene Yoga-Einheit à 75 & 90 Min
+ kostenlose Mattenbenutzung

FÜR STUDIERENDE:

Yoga-Einheit ab € 7,-
bei Kauf eines 20er Blocks, 6 Monate gültig

WWW.CITYYOGA.AT

STUNDENPLAN: 1. JULI – 30. SEPTEMBER 2018

AKTUELLER STUNDENPLAN ONLINE
WWW.CITYYOGA.AT/STUNDENPLAN

Uhrzeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag	Sonntag
	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Pranayama	Pranayama
9:00																	
9:15																	
9:30																	
9:45																	
10:00																	
10:15																	
10:30																	
10:45																	
11:00																	
11:15																	
11:30																	
11:45																	
12:00																	
12:15																	
12:30																	
12:45																	
13:00																	
13:15																	
13:30																	
13:45																	
14:00																	
14:15																	
14:30																	
14:45																	
15:00																	
15:15																	
15:30																	
15:45																	
16:00																	
16:15																	
16:30																	
16:45																	
17:00																	
17:15																	
17:30																	
17:45																	
18:00																	
18:15																	
18:30																	
18:45																	
19:00																	
19:15																	
19:30																	
19:45																	
20:00																	
20:15																	
20:30																	
20:45																	
21:00																	

 open à 75 Min.
 open à 90 Min.
 (*) Sanft, entspannend, regenerativ, Stress lösend, für AnfängerInnen geeignet
 (**) Dynamisch, Kraft & Kondition aufbauend, körperliche Fitness von Vorteil
 (AL) Für jede Stufe des Könnens, Kombination aus (*) und (**)
 (***) Vertiefe deine Yogapraxis

YOGA-BASIS-KURSE

In diesen vierteiligen Kursen/Workshops werden die Grundlagen des Yoga vermittelt. Preis: € 90,- / ermäßigt € 80,-

SOMMERANGEBOT
 Besuche einen Basiskurs oder Workshop im Sommer und wir belohnen dich danach zusätzlich mit 2 offenen Einheiten deiner Wahl. **Zu konsumieren bis 31. Oktober 2018!**

BASISKURS JE 4 EINHEITEN, MONTAG 18:30–20:00 UHR
 BK 2593 2., 9., 16., 23. Juli mit Marietheres
 BK 2594 3., 10., 17., 24. September mit Marietheres

YOGA-BASISWOCHENENDWORKSHOP
 BK 2595 29. & 30. September mit Axel und Evelyn

YOGA BASICS OPEN (AL)
 Jeden Donnerstag, 19:15 – 20:45 Uhr

NEU

SOMMERSPIEL IM CITYYOGA (1. JULI - 30. SEPTEMBER)
 13 Wochen – 13 Buchstaben: auf der Sommerspielkarte sammeln, Gewinnwort finden und mit etwas Glück eine von drei Monatskarten gewinnen! Nähere Infos im Studio.

WEEKEND BLISS
 Ab 15. September gibt es eine zweite Samstag Vormittag Einheit von 10:30 – 11:45 Uhr. So hast du mehr Platz, mehr Yoga und mehr von deinem Wochenende!

SOMMERANGEBOT

CITY YOGA SUMMERCARD
 Für alle offenen Yogaeinheiten, gültig vom 1. Juli bis 30. September, € 229,- / ermäßigt € 199,- (sogar 2 mal täglich)

स्वाध्यायादष्टिदेवता संप्रयोगः ॥ ४४ ॥

DAS LERNEN VON SICH SELBST (SVADHYAYA)
 BRINGT VERBINDUNG ZUM ERSEHNTEN IDEAL.

Patanjali Sutra 2.44