

Als Teilnehmer entscheide ich mich für einen Kurs mit **12 Einheiten** an einem Wochentag meiner Wahl. Ich trage mich in die Teilnehmerliste vor Ort zur Anmeldung ein oder informiere Gesine Adam per E-Mail oder Telefon. Falls es mir einmal nicht möglich ist, die Yogastunde zu besuchen, habe ich die Möglichkeit **ohne Voranmeldung** zu einer beliebigen anderen Yogastunde im Verlauf der aktuellen Kursstaffel zu gehen, um nachzuholen oder ich schicke eine Vertretung. Ich Sorge selbständig für einen Ausgleich und notiere in der Anwesenheitsliste im Yogastudio meine Teilnahme.

### Die Kursgebühr von 120 Euro/96 Euro (Yinyoga & Meditation) ...

- ✿ ... überweise ich bis zu Beginn des Kurses auf das angegebene Konto.  
oder
- ✿ ... ich bringe zur ersten Stunde einen Umschlag mit passendem Bargeld mit. Auf diesem Umschlag steht Name und Kurs.  
oder
- ✿ ... ich bringe zur ersten Stunde einen Gutschein der AOK unterschrieben mit.

Eine Teilnahmebescheinigung wird am Ende des Kurses bei mindestens 80 % Anwesenheit ausgeteilt.

#### Bankverbindung

Gesine Adam • Hypovereinsbank  
IBAN: DE34 8702 0086 0605 3097 04  
BIC: HYVEDEMM497

#### Anmeldung

Gesine Adam  
Mobil: 0171 4684708  
E-Mail: [yoga@gesineadam.de](mailto:yoga@gesineadam.de)

#### Kursort

Yogastudio Gesine Adam  
im Hinterhof der Post  
Platz der Oktoberopfer 1 b • 09599 Freiberg

**Gesine Adam** • anerkannte Yogalehrerin (BYV) • [www.gesineadam.de](http://www.gesineadam.de)

# Yoga 2019

Kursübersicht ab April

Yoga ab April 2019		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Yogalehrer
MO	18:30–20:00 Uhr 20:15–21:45 Uhr	08.04. 08.04.	15.04. 15.04.	29.04. 29.04.	06.05. 06.05.	13.05. 13.05.	20.05. 20.05.	27.05. 27.05.	03.06. 03.06.	17.06. 17.06.	24.06. 24.06.	01.07. 01.07.	08.07. 08.07.	Gesine Adam Gesine Adam
	8:00–9:30 Uhr 10:00–11:30 Uhr	09.04. 09.04.	16.04. 16.04.	30.04. 30.04.	07.05. 07.05.	14.05. 14.05.	21.05. 21.05.	28.05. 28.05.	04.06. 04.06.	11.06. 11.06.	18.06. 18.06.	25.06. 25.06.	02.07. 02.07.	Gesine Adam Gesine Adam
DI	Schwangerenyoga* 15:00–16:30 Uhr	09.04.	16.04.	30.04.	07.05.	14.05.	21.05.	28.05.	04.06.	11.06.	18.06.	25.06.	02.07.	Anja Halbig
	18:00–19:30 Uhr 20:00–21:30 Uhr	09.04. 09.04.	16.04. 16.04.	30.04. 30.04.	07.05. 07.05.	14.05. 14.05.	21.05. 21.05.	28.05. 28.05.	04.06. 04.06.	11.06. 11.06.	18.06. 18.06.	25.06. 25.06.	02.07. 02.07.	Stephan Clemens Stephan Clemens
MI	Rücken yoga 9:00–10:30 Uhr	10.04.	17.04.	24.04.	08.05.	15.05.	22.05.	29.05.	05.06.	12.06.	19.06.	26.06.	03.07.	Cornelia Plutz
	16:00–17:30 Uhr 18:00–19:30 Uhr 20:00–21:30 Uhr	10.04. 10.04. 10.04.	17.04. 17.04. 17.04.	24.04. 24.04. 24.04.	08.05. 08.05. 08.05.	15.05. 15.05. 15.05.	22.05. 22.05. 22.05.	29.05. 29.05. 29.05.	05.06. 05.06. 05.06.	12.06. 12.06. 12.06.	19.06. 19.06. 19.06.	26.06. 26.06. 26.06.	03.07. 03.07. 03.07.	Gesine Adam Stephan Clemens Stephan Clemens
	Yogabasics* 10:00–11:30 Uhr	28.03.	04.04.	11.04.	02.05.	09.05.	16.05.	23.05.	06.06.	13.06.	20.06.	27.06.	04.07.	Gesine Adam
DO	16:00–17:30 Uhr 18:00–19:30 Uhr 20:00–21:30 Uhr	11.04. 11.04. 11.04.	18.04. 18.04. 18.04.	22.04. 22.04. 22.04.	02.05. 02.05. 02.05.	09.05. 09.05. 09.05.	16.05. 16.05. 16.05.	23.05. 23.05. 23.05.	06.06. 06.06. 06.06.	13.06. 13.06. 13.06.	20.06. 20.06. 20.06.	27.06. 27.06. 27.06.	04.07. 04.07. 04.07.	Holger Lieberenz Holger Lieberenz Holger Lieberenz
	Yinyoga & Meditation* 8:00–9:00 Uhr	05.04.	12.04.	03.05.	10.05.	17.05.	24.05.	31.05.	07.06.	14.06.	21.06.	28.06.	05.07.	Gesine Adam
FR	10:00–11:30 Uhr	05.04.	12.04.	03.05.	10.05.	17.05.	24.05.	31.05.	07.06.	14.06.	21.06.	28.06.	05.07.	Gesine Adam

\*Nur mit vorheriger Anmeldung: Schwangerenyoga · Rücken yoga · Yogabasics · Yinyoga & Meditation