

## AUM HARI Preisliste 2012

Angebot	Gültigkeit	Preis (mtl.)
<b>Basis-Yoga</b> ●+●●		<b>10,00 €</b>
<b>Probestunde</b> (einmalig)		
<b>Basis-Yoga</b> ●+●●	3er Kennenlernkarte	<b>30,00 €</b>
<b>Probestunden Karte</b> (einmalig)		
<b>Basis-Yoga Kurskarten</b> (60 Min) ganztags ●+●●	6er Kurskarte gültig 2 Monate	<b>78,00 €</b>
	10er Kurskarte gültig 3 Monate	<b>125,00 €</b>
<b>Intensiv-Yoga Kurskarte</b> (60-90 Min) ●+●●+●●●	10er Kurskarte gültig 3 Monate	<b>180,00 €</b>
<b>AUM HARI Mitgliedschaft</b>	1 Monat Mitgliedschaft	<b>85,00 €</b>
<b>Basis-Yoga</b> ●+●●	6 Monate Mitgliedschaft	<b>49,50 €</b>
(60 Min.) 1 x täglich	12 Monate Mitgliedschaft	<b>45,00 €</b>
<b>AUM HARI Mitgliedschaft</b>	6 Monate Mitgliedschaft	<b>60,00 €</b>
<b>Intensiv-Yoga</b> ●+●●+●●●●	12 Monate Mitgliedschaft	<b>55,00 €</b>
(60-90 Min.) 1 x täglich		
<b>Einzelstunde-Yoga</b> (Termin nach Vereinbarung)	45 Minuten	<b>69,00 €</b>
Verwaltungsgebühr für Mitgliedsverträge - einmalig		<b>25,00 €</b>

**Wir bieten auch viele interessante, entspannende und heilende Ayurveda-Massagen verschiedenster Art an sowie Akupunktur, Hypnotherapie und Yogatherapie unter [www.gesundheitsundheilpraxis.de](http://www.gesundheitsundheilpraxis.de)**

**Informationen über die AUMKARA Yoga Tradition, interessante Bücher zu AUMKARA Yoga unter [www.aumkara.de](http://www.aumkara.de)**

[www.aumhari.de](http://www.aumhari.de)

# AUM HARI

## Yoga 2012



## AUM HARI Yoga Wochenplan 2012

Mo	Di	Mi	Do	Fr	So
	<p>•• 12.30-13.30 <b>Energy Yoga</b> aktivierendes und belebendes Yoga</p>	<p>• 12.30-13.30 <b>Energy Yoga</b> aktivierendes und belebendes Yoga</p>			
<p>•• 17.30-18.30 <b>Energy Yoga</b> aktivierendes und belebendes Yoga mit dem Sun Flow</p>	<p>••• 17.30-18.30 <b>Cosmic Yoga</b> Yoga für einen sicheren Platz im Leben mit einer aktivierenden Abfolge an Stand- und Konzentrationsübungen</p>		<p>••••• 17.30-18.45 <b>Laxmi Yoga</b> Yoga für den Ausdruck von Lebensfreude mit einer Abfolge ungewöhnlicher, herausfordernder Asanas</p>	<p>•••• 18.00-19.00 <b>Chill Out Yoga</b> mit Yoga entspannt ins Wochenende</p>	<p>••••• 17.30-18.30 <b>Fresh Up Yoga</b> Kraft für die neue Woche</p>
<p>••• 19.00-20.15 <b>Shiva Yoga</b> Yoga für die Leichtigkeit des Seins mit einer kraftvollen Abfolge an Standhaltungen</p>	<p>• 19.00-20.00 <b>Keep Cool Yoga</b> Yoga für starke Nerven und zur Kräftigung von Bauch, Beine, Po</p>	<p>••• 19.00-20.15 <b>Vishnu Yoga</b> Yoga für die Balance im Leben mit anspruchsvollen Umkehrhaltungen und Dehnübungen</p>	<p>• 19.00-20.00 <b>Top Yoga</b> Yoga zur Stärkung von Rücken, Nacken und Wirbelsäule</p>		<p>19.15-20.30 <b>Xtra Kurs Meditationskurs</b>  Vor Anmeldung notwendig <a href="http://www.aumkara.de">www.aumkara.de</a></p>
<p>• 20.30-21.30 <b>Hatha Yoga</b> Yoga zum Wohlfühlen</p>		<p>•• 20.30-21.30 <b>Relax Yoga</b> Yoga zum Aktivieren und Entspannen</p>			

## Aumkara Yoga in AUM HARI

*entspannen, wohlfühlen, lernen*

**Basisstufe I** •  
**Basisstufe II** ••  
**Intensivstufe** •••

Probestunden sind im Basis-Yoga Kursen (•+••) möglich.

**Aum Hari ist für Präventionskurse bei den Krankenkassen anerkannt.**



**Xtra Kurs Meditation:**  
**Grundkurs: Basistechnik**  
**Chakren-Meditation**  
**Heilmeditation**  
**Termine:** [www.aumkara.de](http://www.aumkara.de)

**Xtra Kurs Prävention:**  
**Termine:** [www.aumkara.de](http://www.aumkara.de)

### Energy Programm:

Mo 17.30 Energy Yoga  
Di 12.30 Energy Yoga  
Mi 12.30 Energy Yoga

### Entspannungsprogramm:

Mo 20.30 Hatha Yoga  
Mi 20.30 Relax Yoga  
Fr 18.00 Chill Out Yoga

### Rückenprogramm:

Di 19.00 Keep Cool Yoga  
Do 19.00 Top Yoga  
So 17.30 Fresh Up Yoga

## AUM HARI GmbH

Schule für Yoga, Meditation & Ayurveda  
Herderstraße 23  
60316 Frankfurt am Main  
(U-Bahnhaltestelle Merianplatz)

Tel.: 069/26910019

Öffnungszeiten:

[www.aumhari.de](http://www.aumhari.de)

Email: [info@aumhari.de](mailto:info@aumhari.de)

15 Minuten vor Kursbeginn  
oder nach telefonischer  
Vereinbarung



## Claudia Bartfelder

Heilpraktikerin  
Akupunktur, Heilmassagen,  
Hypnotherapie, Yogatherapie

Termine nach Vereinbarung:

Telefon: 0177 / 5566221  
[www.gesundheitsundheilpraxis.de](http://www.gesundheitsundheilpraxis.de)

