



Online Live Yoga mit Zoom

Liebe Yogis,

Gerade in dieser schwierigen Zeit ist es wichtig, weiterhin an unserer Yoga-Praxis festzuhalten. Daher biete ich ab sofort Online Live-Yoga Kurse an.

Ein Online Live-Yoga Kurs ist etwas anderes, als nur ein fertiges Yoga-Video anzusehen. Auch wenn wir räumlich getrennt sind, schafft das Yoga üben zur gleichen Zeit eine schöne Energie und das Gefühl von Gemeinschaft und Verbundenheit.

Die wichtigsten Infos zum Ablauf fasse ich euch hier zusammen:

- Für die Teilnahme müsst ihr euch die ZOOM-App herunterladen und ein kostenloses Konto anlegen
- Meldet euch vor der Teilnahme bei mir an, dann erhaltet ihr den Link und das Passwort für die Stunde sowie eine Musik-Playlist
- Kosten: Wer noch eine 5er oder 10er Karte hat, markiert sich bitte selbst darauf nach der Teilnahme die Stunden!
- Wer keine Teilnehmerkarte hat, kann für vergünstigte 35€ eine Online Yoga 5-er Karte kaufen. Diese ist 3 Wochen gültig. Infos zur Zahlung findet ihr unten.
- Bitte denkt dran, euer Video während der Stunde auszuschalten. Vor Beginn und am Ende könnt ihr es gerne wieder einschalten, damit wir uns kurz sehen.
- Sendet mir gerne eure Wunsch-Zeiten und Kursvorschläge zu, damit ich das auf euch abstimmen kann.

Die aktuellen Online Yoga Kurs-Termine werden auf der Homepage, über den Newsletter sowie auf Facebook bekannt gegeben.

Namasté,

eure Madeleine