



Daniela Ruf
Bamberger Str.60
91301 Forchheim

Tel. 09191 979153
mobil 0175 9314782
www.yoga-forchheim.de
daniela@yogaruf.de

„In den Yoga-Stunden geht es nur um Dich. Spüre Dich selbst.“

Nach den Herbstferien, ab 11.11.2025, beginnen sechs neue Präsenzkurse.

Die Kursdauer beträgt fünf Wochen.

Kosten: **50,- Euro/Kurs**

Ort: **Bamberger Straße 60a**

Start ist jeweils am

Dienstag-1,	11.11.25,	18:00 - 19:30 Uhr	(Ende am 09.12.25)
Dienstag-2,	11.11.25,	19:40 - 21:10 Uhr	(Ende am 09.12.25)
Mittwoch,	12.11.25,	08:30 - 10:00 Uhr	(Ende am 10.12.25)
Donnerstag-1,	13.11.25,	17:45 - 19:15 Uhr	(Ende am 11.12.25)
Donnerstag-2,	13.11.25,	19:25 - 20:55 Uhr	(Ende am 11.12.25)
Freitag,	14.11.25,	08:30 - 10:00 Uhr	(Ende am 12.12.25)

Ein späterer Einstieg ist möglich, solange die max. Teilnehmerzahl nicht erreicht ist. Nur das Ende ist fest. Versäumte Stunden können in Absprache auch an einem anderen Wochentag innerhalb der Kursdauer nachgeholt werden.

Die nächsten Kurse starten eine Woche nach den Weihnachtsferien, ab 13. Januar 2026.

Vielen Dank, Daniela Ruf.

Forchheim, 27.10.2025