

# YOGAKURS FÜR FRAUEN

MIT YOGA ENTSPANNEN. DER KURS IST FÜR ALLE, DIE YOGA KENNENLERNEN MÖCHTEN. DURCH EINFACHE ÜBUNGEN LERNEN WIR MIT STRESS IM ALLTAG UMZUGEHEN, GEWINNEN NEUE ENERGIEN UND BRINGEN KÖRPER UND GEIST IN EINKLANG. BITTE BRINGEN SIE BEQUEME KLEIDUNG MIT.

## Termine

**Donnerstag, 10.09.2026**  
**Donnerstag, 17.09.2026**  
**Donnerstag, 24.09.2026**  
**Donnerstag, 01.10.2026**  
**Donnerstag, 08.10.2026**  
**Donnerstag, 15.10.2026**  
**Donnerstag, 22.10.2026**  
**Donnerstag, 29.10.2026**

## Uhrzeit

11:30-12:30 Uhr  
11:30-12:30 Uhr  
11:30-12:30 Uhr  
11:30-12:30 Uhr  
11:30-12:30 Uhr  
11:30-12:30 Uhr  
11:30-12:30 Uhr  
11:30-12:30 Uhr



**Kursort:** Adam-Klein-Str. 32 (Ecke Preißlerstr.),  
90429 Nürnberg

**Kursgebühr:** 120,- € Ein Teil kann von bestimmten gesetzlichen Krankenkassen 2x jährlich im Nachhinein erstattet werden (mindestens 80% Anwesenheit erforderlich)

**Kursleitung:** Nicole Zurek

**Anmeldung:** Nicole Zurek, Telefon: 0177/7997864,  
yoga@nicole-zurek.de

