FREISEIN YOGA

Kursplan Herbst/Winter 2026

Montags 31.08.2026 – 07.12.2026 | Präsenzkurs
Refrather Treff, Steinbreche 30, 51427 Bergisch Gladbach

18:00 Uhr – 19:15 Uhr 13 Termine, je 75 Min. **208,00 Euro**

Dienstags 01.09.2026 – 08.12.2026 | Onlinekurs

18:15 Uhr – 19:30 Uhr 12 Termine, je 75 Min. **168,00 Euro**

Mittwochs 02.09.2026 – 09.09.2026 | Präsenzkurs
Refrather Treff, Steinbreche 30, 51427 Bergisch Gladbach

09:00 Uhr – 10:15 Uhr 12 Termine, je 75 Min. **208,00 Euro**

Im Rahmen der Prävention sind Zuschüsse der Krankenkassen möglich. Online Teilnehmer*innen haben die Möglichkeit – wenn ein Platz frei ist – nach Absprache auch in einen Präsenzkurs zu kommen, falls Korrektur gefragt ist oder Fragen aufkommen.

5er-Karten Onlinekurse

In den Online-Kursen sind auch 5er-Karten möglich (nicht kassenanerkannt)

5er-Karte je 75 Min. **95,00 Euro**

Einzelunterricht

Termine nach Absprache am Donnerstag von 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr möglich.

60 Min. **95,00 Euro**

Freisein Yoga, Birgit Zienke
Nachtigallenstraße 13, 51427 Bergisch Gladbach
Telefon: 0177 6303789, E-Mail: info@freisein.yoga, www.freisein.yoga