



Daniela Ruf

Bamberger Str.60
91301 Forchheim

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

Let It Be - Akzeptanz, Loslassen, Vertrauen.

Eine Woche nach den Faschingsferien, 03.03.2026, beginnen sechs neue Präsenzkurse.

Die Kursdauer beträgt vier Wochen.

Kosten: **40,- Euro/Kurs**

Ort: **Bamberger Straße 60a**

Start ist jeweils am

Dienstag-1,	03.03.26,	18:00 - 19:30 Uhr	(Ende am 24.03.26)
Dienstag-2,	03.03.26,	19:40 - 21:10 Uhr	(Ende am 24.03.26)
Mittwoch,	04.03.26,	08:30 - 10:00 Uhr	(Ende am 25.03.26)
Donnerstag-1,	05.03.26,	17:45 - 19:15 Uhr	(Ende am 26.03.26)
Donnerstag-2,	05.03.26,	19:25 - 20:55 Uhr	(Ende am 26.03.26)
Freitag,	06.03.26,	08:30 - 10:00 Uhr	(Ende am 27.03.26)

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 nach den Osterferien, ab 14. April 2026.

Vielen Dank, Daniela Ruf.

Forchheim, 08.02.2026