



ananda

entspannung | yoga | gesundheit

**Studio für Yoga, Entspannung und
ganzheitliche Gesundheitsberatung**

Komm an und lass los

ananda – Ein Ort der Ruhe, des Ankommens und Loslassens. Hier dürfen Sie Ihrem Alltag entfliehen und sich Zeit nur für sich nehmen. Einmal nichts leisten müssen, nichts tun, keine Verantwortung tragen, für niemanden da sein, außer für sich selbst.

ananda bedeutet vollkommene und höchste Glückseligkeit. Wahre Freude, die aus sich selbst existiert und nicht durch äußere Einflüsse bedingt ist.

Auch wenn der Fokus bei **ananda** auf Yoga liegt – Sie sind hier ebenso richtig, wenn Sie andere Kursangebote, wie beispielsweise Pilates, Ernährungsberatung oder ganzheitliche Gesundheitsberatung in Weimar suchen.

Besuchen Sie **ananda** und Sie werden sich ananda fühlen.

Herzlichst,
Ihre Theresa Blechschmidt

**HIER
finden Sie uns:**

*In der Nähe Bioladen
am Kirschberg*

**Ecke Meyerstraße und
Schlachthofstraße**

*dort können Sie auch
kostenfrei parken*

**Das Yogastudio ohne Kurs- und Vertragsbindung
NEU : KÖRPERTHERAPEUTISCHE MASSAGEN***
*nach individueller Vereinbarung

ananda
THERESA BLECHSCHMIDT
MEYERSTRASSE 8
99423 WEIMAR

☎ 0171 825 19 77
info@ananda-weimar.de
www.ananda-weimar.de



ananda

entspannung | yoga | gesundheit

Unter dem Motto „Komm an und lass los“ bietet *ananda* Weimar Kurse für alle an.

Gestresste Arbeitnehmer werden sich hier ebenso wohl fühlen wie Seniorinnen/Senioren, junge Mütter, sportlich Aktive, Yogajunkies und Yoganeulinge. In den Yogastunden liegt der Fokus auf dem körperlichen Aspekt des Yogas. Mantra-Singen, Esoterik und Spiritualität nehmen weniger Raum ein.

ananda steht für Clean Yoga.

Kurse
ohne
Kurs- und
Vertrags-
bindung

KURSPLAN

Montag

- 10:00 - 11:00 Sanftes Yoga **60+Plus**
- 17:30 - 18:45 Yoga


Dienstag

- 18:00 - 19:15 Yoga Ladys only
- 19:45 - 21:00 Yoga

Neuer
Kursplan

gültig ab
06.01.20

Mittwoch

- 08:00 - 08:45 Guten Morgen Yoga
- 09:30 - 10:30 Rückenfit **60+Plus**
- 11:00 - 12:00 Pilates Babys willkommen 
- 17:30 - 18:45 Yoga
- 19:15 - 20:30 Yoga Basic

Donnerstag

- 17:45 - 18:45 Pilates
- 19:15 - 20:30 Yoga

60+Plus Kurse

besonders geeignet für alle
sportlich aktive Senioren*innen

Freitag

- 10:00 - 11:15 Yoga

Das Studio öffnet 15 Minuten vor Kursbeginn.
Kursbeschreibungen und Kursänderungen entnehmen
Sie bitte der Homepage: www.ananda-weimar.de