

## Aktuelle Angebote und Preisliste

### Einzelberatung

#### Ganzheitliche Lebensberatung / Ernährungsberatung

Erstes Anamnese-Gespräch (ca. 90 min)	120,00 €
<u>Folgetermine</u>	
Werden je nach Zeitaufwand berechnet (30 min)	45,00 €
<u>Telefon-Beratungen nach Erst-Anamnesen für eine kontinuierliche Betreuung</u>	
Je nach Zeitaufwand werden diese folgend berechnet	23,00 € (bis 15 min)

### Yoga in Form individueller Einzelstunden:

Erstes Anamnese-Gespräch (ca. 90 min)	120,00 €
Folgetermine (Besprechung/Übungsplan (60 min)	80,00 €
Folgetermine als 3er Gutschein statt 240,00 €	216,00 €

### Laufende Yogakurse in Kleingruppen:

Montagskurse	von	16.00 bis 17.30 Uhr
	von	18.00 bis 19.30 Uhr
Dienstagskurse	von	8.00 bis 9.30 Uhr
	von	10.00 bis 11.30 Uhr
Mittwochs-kurse	von	9.00 bis 10.30 Uhr
	von	18.00 bis 19.30 Uhr

Die Kurspreise variieren je nach Anzahl der Termine. Ein Termin besteht aus zwei Unterrichtsstunden und wird mit 9,50 € pro Stunde vergütet. Die Yogaeinheit kostet demnach 19,00 €. In der Regel sind es 9 Termine für 171,00 € mit maximal 7 Teilnehmern.

### Ölmassagen als kleine Auszeit:

Bei allen individuell abgestimmten Massage-Anwendungen findet ein kurzes Vorgespräch statt. Eine Tasse Tee lässt Zeit zum Ankommen, die Ruhezeit nach der Massage und eine Dusche runden das Angebot ab.

Der Preis wird individuell berechnet und orientiert sich neben dem Materialverbrauch, an dem anfallenden Zeitaufwand. Die unten stehenden Preise beinhalten bereits die Umsatzsteuer!

Alle Massagen auch als Gutschein erhältlich.

## Ölmassagen:

Abhyanga basic Ganzkörpermassage.....1 h 45 min.....130,00 €

*Abhyanga basic 10 % Rabatt Kennenlern-Angebot statt 130,00 € .....117,00 €*

Abhyanga deluxe Ganzkörpermassage.....2 h 15 min.....165,00 €

Shirodhara Stirngüsse.....

die Preise variieren sehr, je nach Dauer des Gusses und der Wahl der Öle bzw. anderer Substanzen wie Buttermilch; auch die ergänzende Massage beeinflusst den Zeitaufwand.

Bitte beachten Sie auch, dass ein Stirnguss, aufgrund seiner tiefgreifenden therapeutischen Wirkung nicht als erste Anwendung gebucht werden kann!

Udvaartana Pulvermassage.....1 h 45 min.....130,00 €

Mukabhyanga Gesichtsmassage.....1 h 15 min.....83,00 €

Padabhyanga Fussmassage.....1 h 15 min.....83,00 €

Upana-Sveda Rückenmassage.....1 h 15 min.....83,00 €

Svedana-Dampfbad..... wird lediglich als Zeit abgerechnet ca. 15,00 €.

Die näheren Beschreibungen finden Sie auf meiner ausführlichen Homepage zum Nachlesen!

Bei weiteren Fragen stehe ich gerne zur Verfügung Tel. 02292.91 11 0 91.

Falls ich den Anruf nicht persönlich in Empfang nehmen kann, hinterlassen Sie mir bitte eine Nachricht auf dem AB, ich melde mich dann zeitnah zurück!

Infos auch unter ..... [www.ayurveda-yoga-kirsammer.de](http://www.ayurveda-yoga-kirsammer.de)