

ASana Yoga Mainz

Preise, Info & Übersicht

Stand: Februar 2018

In allen unten genannten Preisen ist die Nutzung unserer Matten, Decken und Kissen inklusive. Auch enthalten sind bei uns im Preis stilles Wasser und Tees, die Sie zu Ihren Kursen genießen können. Die Dauer der Kurse können jeweils aus dem Kursplan entnommen werden. Die Preise gelten für die im Kursprogramm angegeben regulären Kurse.

Abokarten

Die Abo-Karten empfehlen wir zu Beginn, um erst einmal die Möglichkeit zum Kennenlernen zu haben. Sie eignen sich aber auch sehr gut bei unregelmäßiger Teilnahme oder zum Verschenken. Pro Teilnahme wird einfach der nach Wahl besuchte Kurs abgezogen. Die Karten können für alle Kurse des regulären Kursprogrammes genutzt werden.

Kartenart	Preis in €	Bemerkungen
Probestunde Yoga	10,00	einmalig pro Person/ Anrechnung bei Anmeldung
Probestunde/Special & YinYoga	15,00	gilt z. B. für Yin-Yoga, Pilates bzw. bei Gastlehrer
1xYoga Einzelstunde	15,00	einzulösen innerhalb 3 Monaten nach Ausstellung
1xYoga Einzelstunde	18,00	einzulösen innerhalb von 6 Monaten nach Ausstellung
10 x Yoga – 10er Karte	130,00	einzulösen innerhalb von 4 Monaten nach Ausstellung
10 x Yoga - YOGICARD	110,00	einzulösen innerhalb von 10 Wochen nach Ausstellung

Die 10er-Karte ist nicht übertragbar. Die Karten berechtigen zur ausschließlichen Nutzung der vorher definierten Leistung innerhalb der festgelegten Laufzeit. Nicht genutzte Einheiten verfallen nach der festgelegten Laufzeit und können nicht ausbezahlt werden.

Monats-, Jahres-Mitgliedschaften

Die 5x im Monat Mitgliedschaft berechtigt zur Teilnahme an 5 Yogaklassen pro Monat Ihrer Wahl, egal ob gleichmäßig verteilt oder hintereinander. Die Laufzeit beträgt mindestens 3 Monate.

Die Mitgliedschaft unlimited berechtigt zur Teilnahme an allen Yogaklassen zu jeder Zeit. Die Laufzeit beträgt mindestens 6 Monate.

Mein Yogi-Jahr Mitgliedschaft: 10 Monate zahlen, 12 Monate üben, bei max. 5x pro Monat – egal welcher Kurs. Die Mindest-Laufzeit beträgt 12 Monate.

Monatsmitgliedschaft	Preis in €	Bemerkungen
Monatsbeitrag max. 5x/Monat	49,00	mindestens 3 Monate Laufzeit
Monatsbeitrag unlimited	89,00	mindestens 6 Monate Laufzeit

Jahresmitgliedschaft/Sonderaktion:

Mein Yogi-Jahr	40,85/Monat	mindestens 12 Monate Laufzeit
10 statt 12 Monate zahlen	(490,00 statt 588,00/Jahr = 40,85/Monat statt 49,00/Monat per Dauerauftrag)	

Die Gebühr kann monatlich oder jährlich per Dauerauftrag/Überweisung oder bar gezahlt werden.

Die Monatsmitgliedschaften sind personenbezogen und nicht übertragbar.

Nicht eingelöste Yogaklassen verfallen am Ende des Monats und können nicht ausbezahlt werden. **Die Kündigungsfrist bei den Monatsmitgliedschaften** beträgt in der Erstlaufzeit (z.B. 3 oder 6 Monate) 4 Wochen zum Laufzeitende.

Die Mitgliedschaften verlängern sich nach Ablauf der Erstlaufzeit automatisch auf unbestimmte Zeit und können mit einer Frist von 3 Monaten zum Quartalsende gekündigt werden.

Bei der Jahresmitgliedschaft beträgt die **Kündigungsfrist** 3 Monate vor Ablauf der Laufzeit. Andernfalls verlängert sich die Mitgliedschaft um ein weiteres Jahr.

Die Kündigung bedarf der Schriftform.

Einzelunterricht/Personal Training/Klangschalenmassage/Yoga & Klang „YoKla“

Wenn Sie sich eine individuelle Betreuung im Yoga wünschen, ist das Personal Training genau das Richtige.

Hierbei kümmert sich ein Yogalehrer ausschließlich um Sie und kann somit ganz auf Ihre persönlichen Bedürfnisse eingehen, egal wie oft: ob 1x pro Woche, 1x im Monat oder 4 x im Jahr...

Individuelle Möglichkeiten	Preis in €	Bemerkungen
Einzelstunde/Personal Training	60,00	Dauer: 60 Minuten
Yoga-Duo – 2 Personen	90,00	Dauer: 60 Minuten
Einzelstunde/Personal Training	90,00	Dauer: 90 Minuten
Yoga & Klangschale „YoKla“	60,00	Dauer: 60 Minuten
Klangschalenmassage pur	35,00	Dauer: 35 Minuten
Coaching	nach Absprache	

Die Schwerpunkte beim Einzelunterricht liegen in folgenden Bereichen:

- **Yoga-Übungen** erlernen
- Individuelle Schwachstellen angehen
- Rücken stärken
- Haltung verbessern
- Schlafstörungen beseitigen
- Mehr Kraft aufbauen
- Beweglichkeit gezielt verbessern
- Stress-Bewältigung
- Entspannung und Ausgleich
- Meditation lernen

Yoga & Klangschale „YoKla“ und Klangschalenmassage:

Im Einklang mit Dir selbst... – erlebe die entspannende, harmonisierende und ordnende Kraft tibetischer Klangschalen.

„YoKla“ – eine Kombination aus Yoga und Klangschalenmassage

Auch in allgemeinen Lebens-, Berufs- und Personalfragen kann Hilfestellung in Form eines Coachings geleistet werden. Sprechen Sie mich an!

- **Business-Coaching (Themen wie Personalführung; Verkaufstraining; Kundenakquise...)**
- **Lebensberatung**
- **Bewerbertraining**
- **Persönlichkeitsentwicklung**

Über 30 Jahre Erfahrung im Personalwesen, Vertrieb und der Unternehmensführung zeichnen uns aus. Des Weiteren verfügen wir über ein breites Netzwerk an Spezialisten für die verschiedenen Bereiche.

Schüler und Studenten

Wir möchten auch Schülern und Studenten die Möglichkeit geben trotz unregelmäßiger Zeiten üben zu können und auch in stressigen Prüfungsphasen in Balance zu bleiben. Aus diesem Grund bieten wir unsere 10er-Karte bzw. Monatsmitgliedschaften preisgünstiger an. Diese können für alle Kurse des regulären Kursprogrammes genutzt werden.

Kartenart	Preis in €	Bemerkungen
Probestunde Yoga	10,00	einmalig pro Person/ Anrechnung bei Anmeldung
1x Yoga/Probestunde YIN	15,00	einzulösen innerhalb 3 Monaten nach Ausstellung
10 x Yoga – 10er Karte Schüler	99,00	einzulösen innerhalb von 4 Monaten nach Ausstellung
10 x Yoga - YOGICARD	79,00	einzulösen innerhalb von 10 Wochen nach Ausstellung

Die 10er-Karte ist nicht übertragbar. Die Karten berechtigen zur ausschließlichen Nutzung der vorher definierten Leistung innerhalb der festgelegten Laufzeit. Nicht genutzte Einheiten verfallen nach der festgelegten Laufzeit und können nicht ausbezahlt werden.

Monatsmitgliedschaft	Preis in €	Bemerkungen
Monatsbeitrag 1x/Woche	49,00	mindestens 3 Monate Laufzeit
Monatsbeitrag unlimited	69,00	mindestens 6 Monate Laufzeit

Jahresmitgliedschaft siehe unten bei Kids & Teens**

Die Monatsmitgliedschaften sind personenbezogen und nicht übertragbar.

Nicht eingelöste Yogaklassen verfallen am Ende des Monats und können nicht ausbezahlt werden.

Die Kündigungsfrist bei den Monatsmitgliedschaften beträgt in der Erstlaufzeit (z.B. 3 oder 6 Monate) 4 Wochen zum Laufzeitende. Die Mitgliedschaften verlängern sich nach Ablauf der Erstlaufzeit automatisch auf unbestimmte Zeit und können mit einer Frist von 3 Monaten zum Quartalsende gekündigt werden. Die Kündigung bedarf der Schriftform.

Yoga für Kinder & Teens

Auch Kinder und Jugendliche sind in der heutigen Zeit schon gefordert. In diesen Kursen können Kids (spielerisch) und Teens durch die Asanas/Yogaübungen lernen, mit Stresssituationen besser umzugehen und ruhiger und gelassener in Alltagssituationen zu werden. Des Weiteren vermittelt die Yogapraxis ein besseres Körpergefühl und den perfekten Ausgleich zu den täglichen Anforderungen und Einflüssen. Die Yogakurse werden nach den Altersgruppen **5-9 Jahre & 10-14 Jahre zusammengestellt und finden 1x pro Woche statt**

Kartenart	Preis in €	Bemerkungen
Probestunde	10,00	einmalig pro Person/ Anrechnung bei Anmeldung
10x Yoga – 10er Karte	99,00	einzulösen innerhalb von 6 Monaten nach Ausstellung
10 x Yoga YOGICARD	79,00	einzulösen innerhalb von 10 Wochen nach Ausstellung

Die 10er-Karte ist nicht übertragbar. Die Karten berechtigen zur ausschließlichen Nutzung der vorher definierten Leistung innerhalb der festgelegten Laufzeit. Nicht genutzte Einheiten verfallen nach der festgelegten Laufzeit und können nicht ausbezahlt werden.

Monatsmitgliedschaft	Preis in €	Bemerkungen
Monatsbeitrag Kids/Teens	39,00	1x pro Woche üben/mindestens 1 Monat Laufzeit

Die Monatsmitgliedschaften sind personenbezogen und nicht übertragbar.

Nicht eingelöste Yogaklassen verfallen am Ende des Monats und können nicht ausbezahlt werden.

Die Kündigungsfrist bei den Monatsmitgliedschaften Kids und Teens beträgt jeweils 4 Wochen zum Monatsende.

Die Mitgliedschaften verlängern sich nach Ablauf der Erstlaufzeit automatisch auf unbestimmte Zeit und können mit einer Frist von 4 Wochen zum Monatsende gekündigt werden. **Die Kündigung bedarf der Schriftform.**

Jahresmitgliedschaft/Sonderaktion:**

Mein Yogi-Jahr/Kids & Teens	32,50/Monat	mindestens 12 Monate Laufzeit
10 statt 12 Monate zahlen	(390,00 statt 468,00/Jahr)	

Bei der Jahresmitgliedschaft beträgt die **Kündigungsfrist** 3 Monate vor Ablauf der Laufzeit. Andernfalls verlängert sich die Mitgliedschaft um ein weiteres Jahr. **Die Kündigung bedarf der Schriftform.**

Yoga für Unternehmen

Die Gesunderhaltung der Mitarbeiter spielt für immer mehr Unternehmen eine wichtige Rolle. Dieses möchten wir unterstützen. Wir kommen gerne auch zu Ihnen und führen in Ihrer Firma Yogakurse - speziell konzipiert für Ihre Mitarbeiter durch.

Ihre Vorteile liegen auf der Hand:

- Mitarbeitergesundheit langfristig fördern und somit den Erfolg des Unternehmens sichern
- Abbau von Blockaden auf körperlicher und mentaler Ebene fördert Wohlbefinden
- Abstimmung der Kurszeiten nach Ihren Vorstellungen
- Festlegen der geeigneten Gruppengröße und des passenden Yogastils für Ihre Mitarbeiter
- Organisation von Kursleitervertretungen durch uns
- Auf Wunsch bringen wir die Yogaausstattung mit (wie Matten, Decken und Hilfsmittel)

Preise nach Vereinbarung: Aufgrund einer individuellen Beratung erfolgt ein maßgeschneidertes Angebot.