

YOGA PRÄVENTIONSKURS

START

08. Januar 2024
17.15 – 18.30 Uhr

KURS- TERMINE

08.01.2024	19.02.2024
15.01.2024	26.02.2024
22.01.2024	04.03.2024
29.01.2024	11.03.2024
12.02.2024	18.03.2024

KOSTEN

€ 160,- / € 16,- je Kurs

PRAVENTIONS- KURS

Hatha Yoga mit
Anke Müller-Behrendt

Hatha Yoga Präventionskurs mit Anke im VITALHOTEL ambiente

In der Zeit vom 08.01.2024 bis voraussichtlich 18.03.2024 findet immer montags von 17.15-18.30 Uhr ein Präventionskurs im Bereich Hatha Yoga, u.a. mit Fokus auf den Rücken, statt.

Der Kurs ist durch die „Zentrale Prüfstelle Prävention“ zertifiziert. Versicherte teilnehmender Krankenkassen können i.d.R. die Kurskosten im Rahmen der jeweils gültigen Satzungsregelung anteilig erstattet bekommen. Die Erstattung erfolgt nach Abschluss des Präventionskurses durch die Krankenkasse. Teilnehmer sollten sich bitte im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse informieren, ob diese die Kurskosten übernimmt.

In dem 10-wöchigen Kurs, geeignet für Anfänger/Innen und Wiedereinsteiger/Innen, erlernen Sie Achtsamkeit für sich und Ihren Körper.

Ziel des Kurses ist es, den Herausforderungen des Lebens gestärkt und positiv zu begegnen und sich selbst etwas Gutes zu tun.

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen!


ambiente
VITALHOTEL

JETZT ANMELDEN

038791 760

VITALHOTEL ambiente
Dr.-Wilhelm-Külz-Straße 5a
19336 Bad Wilsnack

