

IMMANUEL KRANKENHAUS BERLIN
Rheumaorthopädie · Rheumatologie · Naturheilkunde



Yogakurse

Bewegung für Ihre Gesundheit



ab September 2018

Yogakurse

Bewegung für Ihre Gesundheit

Yoga bedeutet, den eigenen Körper achtsam zu spüren und mit sich selbst in Kontakt zu kommen.

Im Einklang mit der Atmung werden Geist und Körper durch Haltungen und Bewegungsabfolgen (Asanas und Vinyasa), Atemübungen (Pranayama) sowie Entspannungs- und Meditationsübungen gestärkt.

Yoga kann auch mit körperlichen Einschränkungen praktiziert werden, Anfänger sind herzlich willkommen.

Die **10-Wochen-Kurse** vermitteln die Grundlagen des Yoga.

Kursbeginn

Dienstags ab 11.09.2018 mit Carola Welt

Kurs 1: 18.00 bis 19.30 Uhr (Kurs-Nr. 05/2018)

Kurs 2: 19.45 bis 21.15 Uhr (Kurs-Nr. 06/2018)

Kosten

Kursgebühr für 10 Termine: € 140,-

(bzw. 130€ für Mitarbeiter der Immanuel Diakonie).

Jeweils eine versäumte Kursstunde pro Kurs kann nachgeholt werden.

Die Yoga-Kurse werden von vielen Krankenkassen als Gesundheitskurse finanziell bezuschusst, da sie durch die Zentrale Prüfstelle Prävention zertifiziert sind. Sprechen Sie bitte Ihre Krankenkasse an.

Anmeldung

Mit Überweisung der Kursgebühr auf das unten genannte Konto, spätestens bis zum 04.09.2018, melden sie sich verbindlich an und sichern Ihren Platz.

Probestunde (8€) und späterer Einstieg nach Absprache möglich.

Bei Fragen kontaktieren Sie mich bitte telefonisch:
Carola Welt (0151) 11 64 87 05
oder melden Sie sich per E-Mail unter
naturheilkunde.yoga@immanuel.de

Yogalehrerin



Carola Welt

Yogalehrerin BDY/EYU

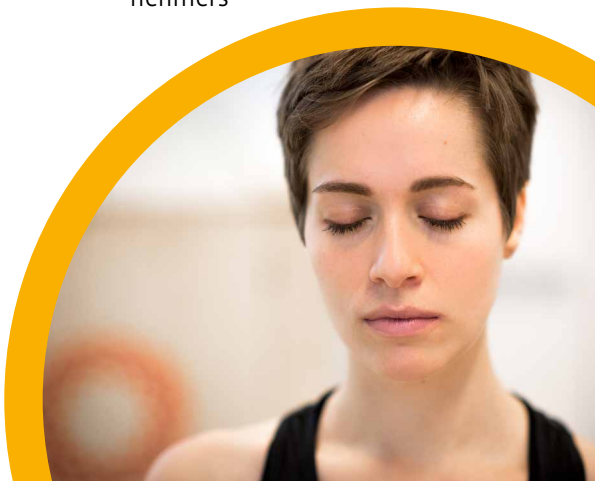
Praktiziert seit 2004 Hatha-Yoga.
4-jährige Ausbildung bei Alexander
Peters, Berlin. Weiterbildung bei Dr.
Günter Niessen (Yogatherapie) und
bei R. Sriram (Yogaphilosophie).

Ort

Immanuel Krankenhaus Berlin
Abteilung Naturheilkunde
Königstraße 63, 14109 Berlin
Tagesklinik, Gruppenraum, Ebene 0

Kontoverbindung

Kontoinhaber	Immanuel-Krankenhaus GmbH
IBAN	DE70 1005 0000 6600 0502 90
Verwendungszweck	Kurs-Nr. sowie Name des Kursteilnehmers





IMMANUEL
DIAKONIE

Immanuel Krankenhaus Berlin
Klinik für Innere Medizin
Abteilung Naturheilkunde

Königstraße 63
14109 Berlin-Wannsee
www.naturheilkunde.immanuel.de



Gesellschaft
Immanuel-Krankenhaus GmbH

www.immanuel.de

DEM LEBEN ZULIEBE.