

## Anmeldung und Info:

Yogaheilpraxis Dr. Reinhardt Wagner,  
Heilpraktiker und Yogalehrer  
Albert-Tanneur-Str. 27, 14974 Ludwigsfelde  
E-Mail: [info@yogaheilpraxis.de](mailto:info@yogaheilpraxis.de)  
website: [www.yogaheilpraxis.de](http://www.yogaheilpraxis.de)  
Info/Tel.: 030 – 850 74 704 oder 0172-31 63 443

Bitte mit folgenden Angaben:  
Name und Anschrift, Tel. und/oder Mobilfunk,  
E-Mail, Yogagruppe bzw. Veranstaltungs-Nr.,  
Einstiegswunsch (Datum).

**Für die Gruppen 6, 7, 12, 13 bitte bei den  
Yogalehrern direkt anmelden (siehe Wochenplan).**

Nach Eingang der Anmeldung wird Ihnen eine  
Bestätigung mit den Anmeldedetails zugeschickt.  
Infos über Inhalte und Kosten bitte bei den  
Unterrichtenden erfragen.

## Besondere Angebote in der Yogaheilpraxis:

- \* Yogatherapeutische  
Einzelbehandlungen bei Beschwerden
- \* Medizinische Massagen
- \* Fußreflexbehandlungen  
und Metamorphose
- \* Ayurvedische Ernährungs-  
und Typenberatung
- \* Bachblütenberatung
- \* Begleitung von Fastenkuren
- \* Atemtherapie

**Wenn du die Absicht hast,  
dich zu erneuern, tu es jeden Tag.  
(Konfuzius)**

## Terminstart- und Ende der Gruppen:

- Änderungen vorbehalten -

<b>Montag:</b>	08.1.-19.3.	09.4.-02.7.	03.9.-03.12.
<b>Dienstag:</b>	09.1.-20.3.	10.4.-03.7.	04.9.-04.12.
<b>Mittwoch:</b>	10.1.-21.3.	11.4.-27.6.	05.9.-12.12.
<b>Donnerstag:</b>	11.1.-22.3.	12.4.-05.7.	06.9.-06.12.
<b>Freitag:</b>	12.1.-23.3.	13.4.-29.6.	07.9.-07.12.

## Preise:

Probestunde	10 €
Einzelstunde	15 €
Fünferkarte	70 €
10 Termine	135 € (Wiederholer 125 €)
12 Termine	150 € (Wiederholer 140 €)
22 / 24 Termine	235 € / 254 €
34 Termine	360 € (Jahresgebühr)

## Allgemeines:

Das "Yoga-Jahr" 2018 in der Yogaheilpraxis dauert  
neun Monate und umfasst 34 Termine. In der Regel  
findet in den Schulferien und an gesetzlichen  
Feiertagen kein Yoga statt (Ausnahmen werden im  
Internet rechtzeitig bekannt gegeben).

Ein Einstieg in die Gruppen ist jederzeit möglich. Bei  
den Präventionsgruppen muss 80 % des Unterrichtes  
bis zum Ende besucht sein, damit die Krankenkassen  
bezuschussen.

Die Präventionsgruppen werden von allen gesetzlichen  
Krankenkassen anerkannt und mit mindestens einmal  
jährlich bis ca. 75 € bezuschusst.

**Bitte informieren Sie sich bei den  
jeweiligen Yogalehrern über Probestunden  
und Termine.**

**Yogaheilpraxis**  
im Rathaus Ludwigsfelde  
Albert-Tanneur-Str. 27  
14974 Ludwigsfelde  
Info: 0172-31 63 443  
[www.yogaheilpraxis.de](http://www.yogaheilpraxis.de)

**Y o g a**  
macht  
glücklich



**führt zu Gelassenheit,  
fördert Vitalität & Beweglichkeit  
2018**

Von den Krankenkassen  
bezuschusste Präventionsgruppen

# ANGEBOT

## Heilyoga (Hatha-Yoga)

Eine Hatha-Yoga-Methode, die Atem vertiefend und stärkend auf die innere Balance, Kreativität und Gesundheit wirkt. Die Übungen sind im Wechsel dynamisch und statisch, meditativ, kräftigend und entspannend, belebend und ausgleichend.

## Yoga-Pilates

Die Verbindung von Atem und Bewegung steht im Mittelpunkt aller Übungen, die kontrolliert und präzise, meist liegend, ausgeführt werden. Die Körpermitte wird gekräftigt, die Haltung verbessert.

## Sanfter Heil-Yoga

Hatha-Yoga-Übungen werden an individuelle Bedingungen angepasst. Einfache Bewegungsabläufe und Haltungen stehen im Vordergrund, sowie die Atmung und der Spaß an der Bewegung.

## Dynamischer Morgenyoga

Eine dynamische und kraftvolle Yogapraxis am Morgen fördert einen starken Willen und einen ausgeglichenen Geist.

## Yoga-Flow

Eine fließende Hatha-Yoga-Methode, verbunden mit einfachen Atemtechniken, Anfangs- und Endentspannung. Abgeschlossen wird mit einer Meditation.

## Yoga & Entspannung für Jeden

Eine individuell angepasste Yoga-Praxis für eine belebende und zugleich entspannende Körperarbeit.

## Einzelstunden und Probestunden nach Vereinbarung - bitte vorher anmelden!

**Hinweis:** Sollte ein Termin entschuldigt versäumt werden, kann ersatzweise nach Absprache und Kapazität ein Platz in einer der anderen Gruppen belegt werden.

# JANUAR BIS DEZEMBER 2018

- Terminstart siehe umseitig -

Wochentag	Zeit von.. bis ...	Gruppe- Inhalt	Yogalehrer	Kontakt / Anmeldung	
<b>Montag</b>	1.	16:30 - 17:45 Uhr	<b>Heilyoga 1</b> (Hatha-Yoga) Anfänger	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	2.	18:00 - 19:15 Uhr	<b>Heilyoga 2</b> (Hatha-Yoga) Mittelstufe	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	3.	19:30 - 20:45 Uhr	<b>Yoga-Pilates I</b>	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
<b>Dienstag</b>	4.	09:00 - 10:15 Uhr	<b>Sanfter Heilyoga</b>	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	5.	10:30 - 11:45 Uhr	<b>Dynamischer Morgenyoga</b>	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	6.	18:15 - 19:45 Uhr	<b>YogaFlow I</b>	Fanny Richter	0176-21941772 fanny_fabritz@yahoo.de
	7.	20:00 - 21:30 Uhr	<b>Yoga-Flow II</b>	Fanny Richter	0176-21941772 fanny_fabritz@yahoo.de
<b>Mittwoch</b>	8.	17:00 - 18:15 Uhr	<b>Heilyoga 3</b> (Hatha-Yoga) <i>geschlossene Gruppe</i>	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	9.	18:30 - 19:45 Uhr	<b>Heilyoga 1-2</b> (Hatha-Yoga) Anfänger & Mittelstufe	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
<b>Donnerstag</b>	10.	18:00-19:15 Uhr	<b>Heilyoga 3</b> (Hathayoga) <i>geschlossene Gruppe</i>	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	11.	19:30-20:45 Uhr	<b>Yoga-Pilates II</b>	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
<b>Freitag</b>	12.	16:00 - 17:15 Uhr	<b>Yoga für Schwangere</b>	Patrizia Köysüren- bars	030 – 896 45 384 Yoga-Entspannung@gmx.de
	13.	17:30 - 18:45 Uhr	<b>Yoga &amp; Entspannung für Jeden</b>	Patrizia Köysüren- bars	030 – 896 45 384 Yoga-Entspannung@gmx.de

Die Mittelstufengruppen 2 und 9 sind auch für "sportliche" Anfänger geeignet.

Preise und Zeiten für die Gruppen 6, 7, 12 und 13 können von den im Flyer genannten Angaben abweichen.