

Anmeldung und Info:

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

Folgende Angaben sind erforderlich:
Name und Anschrift, Tel. und/oder Mobilfunk,
E-Mail, Yogagruppe bzw. Veranstaltungs-Nr.,
Einstiegswunsch (Datum).

**Für die Gruppen 5, 6, 11, 12, 13 bitte bei den
Yogalehrern direkt anmelden (siehe Wochenplan).**
Preise und Zeiten für diese Gruppen können von den im
Flyer genannten Angaben abweichen.

Nach Eingang der Anmeldung wird Ihnen eine
Bestätigung mit den Anmeldedetails zugeschickt.
Infos über Inhalte, Termine und Probestunden 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

Terminstart- und Ende der Gruppen 2019 / 2020:

- Änderungen vorbehalten - jeweils 12 Termine
Montag: 19.8.-25.11.19, 6.1.-30.3.20
Dienstag: 20.8.-26.11.19, 7.1.-31.3.20
Mittwoch: 21.8.-27.11.19, 8.1.-1.4.20
Donnerstag: 22.8.-5.12.19, 9.1.-2.4.20
Freitag: 23.8.-6.12.19, 10.1.-3.4.20

Preise:

Probestunde	10 €
Gruppeneinzelstunde	15 €
individ. Einzelsitzung	70 €
Fünferkarte	70 €
12 Termine (Prävention)	150 €
34 Termine	360 € (Jahresgebühr)

Allgemeines:

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 zur Zeit zweimal
jährlich bis ca. 150 € bezuschusst.

**Sei freundlich zu deinem Körper,
damit die Seele Lust hat darin zu wohnen.
(Theresa von Avila)**

Yogaheilpraxis
im Rathaus Ludwigsfelde
Albert-Tanneur-Str. 27
14974 Ludwigsfelde
Info: 0172-31 63 443
www.yogaheilpraxis.de

Y o g a
macht
glücklich



**Wohlbefinden
für Körper, Geist und Seele
2019 / 2020**

Von den Krankenkassen
bezuschusste Präventionsgruppen

ANGEBOT

AUGUST 2019 BIS APRIL 2020

- Terminstart siehe umseitig -

Heilyoga (Hatha-Yoga)

Eine Hatha-Yoga-Methode, die atemvertiefend und -stärkend auf 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.

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.

Wochentag	Zeit von.. bis ...	Gruppe- Inhalt	Yogalehrer	Kontakt / Anmeldung	
Montag	1.	16:30 - 17:45 Uhr	Heilyoga 1 (Hatha-Yoga) Anfänger	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	2.	18:00 - 19:15 Uhr	Heilyoga 2 (Hatha-Yoga) Mittelstufe	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	3.	19:30 - 20:45 Uhr	Yoga-Pilates 1-2	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
Dienstag	4.	09:00 - 10:15 Uhr	Sanfter Heilyoga	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	5.	18:15 - 19:45 Uhr	YogaFlow I	Fanny Richter	0176-21941772 fanny.richter28@gmail.com
	6.	20:00 - 21:30 Uhr	Yoga-Flow II	Fanny Richter	0176-21941772 fanny.richter28@gmail.com
Mittwoch	7.	17:00 - 18:15 Uhr	Heilyoga 3 (Hatha-Yoga) <i>geschlossene Gruppe</i>	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	8.	18:30 - 20:15 Uhr	Heilyoga 1-2 (Hatha-Yoga) Anfänger & Mittelstufe	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
Donnerstag	9.	18:00-19:15 Uhr	Heilyoga 3 (Hathayoga) <i>geschlossene Gruppe</i>	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
	10.	19:30-20:45 Uhr	Yoga-Pilates 2-3	Reinhardt Wagner	Yogaheilpraxis
Freitag	11.	15:00-16:00 Uhr	Yoga für Frauen nach der Geburt	Patrizia Köysüren- bars	0176 – 62544514 Yoga-Entspannung@gmx.de
	12.	16:00 - 17:15 Uhr	Yoga für Schwangere	Patrizia Köysüren- bars	0176 – 62544514 Yoga-Entspannung@gmx.de
	13.	17:30 - 18:45 Uhr	Yoga & Entspannung für Jeden	Patrizia Köysüren- bars	0176 – 62544514 Yoga-Entspannung@gmx.de