

## 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.: 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 am Dienstag und Freitag  
bitte bei Patrizia Stiller nachfragen  
(siehe Wochenplan).**

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**

## 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.

## Preise:

Probestunde	10 €
Einzelstunde (Gruppe)	15 €
10 Termine	150 €
12 Termine	180 €
Jahresgebühr	360 €

## Einzelcoaching

30 Minuten	35 €
60 Minuten	70 €

Änderungen vorbehalten!

Ferien-Yoga-Kurse und Online-Yoga-Termine  
bitte telefonisch erfragen!

**Sei freundlich zu deinem Körper,  
damit die Seele Lust hat darin zu wohnen.**

Theresa von Avila

# Yogaheilpraxis

Ludwigsfelde

Rudolf-Breitscheid-Str. 27

14974 Ludwigsfelde

Info: 0172-31 63 443

www.yogaheilpraxis.de

# Y o g a

macht  
glücklich



**Wohlbefinden  
für Körper, Geist und Seele  
2023**

Von den Krankenkassen  
bezuschusste  
Präventionsgruppen

# ANGEBOT

## Heilyoga (Hatha-Yoga)

Eine Hatha-Yoga-Methode, die atmvertiefend 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.

# Januar bis Dezember 2023

Anmeldung Gruppen Montag, Mittwoch, Donnerstag: 0172-3163443; Dienstag, Freitag: 0176-62544514

Wochentag	Zeit von.. bis ...	Gruppe	Yogalehrer/ in	Termine
<b>Montag</b>	1. 15:00 - 16:15 Uhr	<b>Heilyoga 1</b> (Hatha-Yoga) Anfänger	Reinhardt	9.1.-27.03.2023
	2. 16:30 - 17:45 Uhr		Reinhardt	17.04.-3.07.2023 4.09.-11.12.2023
	3. 18:00 - 19:15 Uhr	<b>Heilyoga 2</b> (Hatha-Yoga) Mittelstufe	Reinhardt	9.1.-27.03.2023 17.04.-3.07.2023 4.09.-11.12.2023
	4. 19:30 - 20:45 Uhr	<b>Yoga-Pilates</b>	Reinhardt	9.1.-27.03.2023 17.04.-3.07.2023 4.09.-11.12.2023
<b>Dienstag</b>	5. 09:00 - 10:15 Uhr	<b>Sanfter Heilyoga</b> <b>Dyn. Morgenyoga</b>	Patrizia	10.01.- 21.03.2023
	6. 10.30 - 11.45 Uhr		Patrizia	18.04.- 4.7.2023 05.09.-12.12.2023
	7. 16.30-17.45 Uhr	<b>Yoga für jeden</b> <b>YogaFlow</b>	Patrizia	10.01.- 21.03.2023
8. 18:00-19:15 Uhr	Patrizia		18.04.- 4.7.2023 05.09.-12.12.2023	
<b>Mittwoch</b>	9. 17:00 - 18:15 Uhr	<b>Heilyoga 3</b> (Hatha-Yoga) <i>geschlossene Gruppe</i>	Reinhardt	11.01.-22.03.2023 19.04.-5.07.2023 06.09.-06.12.2023
	10. 18:30 - 20:15 Uhr	<b>Heilyoga 1-2</b> (Hatha-Yoga) Anfänger & Mittelst.	Reinhardt	11.01.-22.03.2023 19.04.-5.07.2023 06.09.-06.12.2023
<b>Donnerstag</b>	11. 16:30 - 17:45 Uhr	<b>Heilyoga 2-3</b> <i>geschlossene Gruppe</i>	Reinhardt	12.01.-23.03.2023 20.04.-29.06.2023 07.09.-07.12.2023
	12. 18:00-19:15 Uhr	<b>Heilyoga 2-3</b> (Hathayoga) <i>Geübte</i>	Reinhardt	12.01.-23.03.2023 20.04.-29.06.2023 07.09.-07.12.2023
	13. 19:30-20:45 Uhr	<b>Yoga-Pilates</b>	Reinhardt	12.01.-23.03.2023 20.04.-29.06.2023 07.09.-07.12.2023
<b>Freitag</b>	14. 16.00 -17.15 Uhr	<b>Yoga für Schwangere</b>	Patrizia	13.01.- 24.03.2023 21.04.- 7.07.2023 08.09.-08.12.2023
	15. 17.30 - 18.45 Uhr	<b>Yoga für jeden</b>	Patrizia	13.01.- 24.03.2023 21.04.- 7.07.2023 08.09.-08.12.2023