

Anmeldung und Info:

Yogaheilpraxis Dr. Reinhardt Wagner,
Heilpraktiker und Yogalehrer
Rudolf-Breitscheid-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 €
8 Termine	120 €
10 Termine	150 €
12 Termine	180 €
Jahresgebühr	400 €

Einzelcoaching

30 Minuten	45 €
60 Minuten	80 €

Änderungen vorbehalten! Die Dauer der Gruppen ist vorbestimmt und nicht frei wählbar!

**Jeder Mensch kann Yoga ausüben,
solange er atmet.**

Sri Patthabi Jois

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
2025**

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 / Yoga 60+

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.

Yogatherapie (Einzelcoaching mit Dr. Wagner)

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 2025

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

Wochentag	Zeit von.. bis ...	Gruppe	Yogalehrer/ in	Termine
Montag	1. 16:30 - 17:45 Uhr	Heilyoga 1 (Hatha-Yoga) Anfänger	Reinhardt	13.1.-7.04.2025 (12x) 5.5.-14.07.2025 (10x) 8.9.-8.12.2025 (12x)
	2. 18:00 - 19:15 Uhr	Heilyoga 2 (Hatha-Yoga) Mittelstufe	Reinhardt	13.1.-7.04.2025 (12x) 5.5.-14.07.2025 (10x) 8.9.-8.12.2025 (12x)
	3. 19:30 - 20:45 Uhr	Yoga-Pilates	Reinhardt	13.1.-7.04.2025 (12x) 5.5.-14.07.2025 (10x) 8.9.-8.12.2025 (12x)
Dienstag	4. 09:00 - 10:15 Uhr	Sanfter Heilyoga Dyn. Morgenyoga Postnataler Yoga (8x)	Patrizia	14.1.-8.04.2025 (12x)
	5. 10.30 - 11.45 Uhr			6.5.-15.07.2025 (10x)
6. 12.00 - 13.00 Uhr	9.9.-9.12.2025 (12x)			
	7. 16.30-17.45 Uhr	Yoga für jeden YogaFlow	Patrizia	14.1.-8.04.2025 (12x)
	8. 18:00-19:15 Uhr			6.5.-15.07.2025 (10x) 9.9.-9.12.2025 (12x)
Mittwoch	9. 16:00 - 16:45 Uhr	Meditation (abweichende Termine) Heilyoga 3	Reinhardt	15.01.-9.04.2025 (12x)
	10. 17:00 - 18:15 Uhr			7.05.-9.07.2025 (10x) 10.09.-10.12.2025 (12x)
	11. 18:30 - 19:45 Uhr	Heilyoga 1-2 (Hatha-Yoga) Anfänger & Mittelst.	Reinhardt	15.01.-9.04.2025 (12x) 7.05.-9.07.2025 (10x) 10.09.-10.12.2025 (12x)
Donnerstag	12. 15:00 -16:15 Uhr	Yoga 60+ (Hatha-Yoga)	Reinhardt	16.01.-10.04.2025 (8x) 8.05.-17.07.2025 (8x) 11.09.-11.12.2025 (8x)
	13. 16:30 - 17:45 Uhr	Heilyoga 2-3 (Hathayoga) <i>Geübte</i>	Reinhardt	16.01.-10.04.2025 (12x)
	14. 18:00-19:15 Uhr			8.05.-17.07.2025 (10x) 11.09.-11.12.2025 (12x)
	15. 19:30-20:45 Uhr	Yoga-Pilates	Reinhardt	16.01.-10.04.2025 (12x) 8.05.-17.07.2025 (10x) 11.09.-11.12.2025 (12x)
Freitag	16. 16.00 -17.15 Uhr	Schwangerenyoga	Patrizia	17.01.-11.04.2025 (8x) 9.05.- 18.07.2025 (8x) 12.09.-12.12.2025 (8x)
	17. 17.30 - 18.45 Uhr	Yoga für jeden	Patrizia	17.01.-11.04.2025 (12x) 9.05.- 18.07.2025 (10x) 12.09.-12.12.2025 (12x)