

YOGA UND MEDITATION



YOGA KURSE WORKSHOPS · SEMINARE · EINZELUNTERRICHT BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Yoga bietet Ihnen die Möglichkeit, mit **Freude an Bewegung** aktiv Ihre Gesundheit, Ihr Bewusstsein sowie Ihr Wohlbefinden zu fördern.

Mit dem bewussten Ausführen der Übungen entwickeln Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit, körperliche wie auch seelische Spannkraft und Beweglichkeit. **Innere Zentriertheit, Ruhe und Stabilität** stärken den Menschen auch im Lebensalltag.

**Einzelunterricht nach
individueller Vereinbarung.**

Yogakurse wöchentlich:

mo	di	mi	
17.45		17.45	Uhr
	18.30	19.00	Uhr

Die zertifizierten Präventionskurse (ZPP) werden von den meisten Krankenkassen bezuschusst.



Marion Fetscher

Yogalehrerin
auf Grundlagen
des Neuen Yogawillens
Dipl. Betriebswirtin (BA)

T 0741 - 290 28 71

M 0176 - 430 204 43

www.yoga-marion-fetscher.de