

Mein aktuelles Angebot



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
9.00 – 10.30 Yoga in der Schwangerschaft	–	9.00 – 10.30 (ONLINE) AchtsamkeitsYoga am Morgen	9.30 – 10.30 Yoga auf dem Stuhl für Senioren	9.00 – 10.30 AchtsamkeitsYoga am Morgen
10.45 – 11.45 Yoga Mutter und Baby	16.00 – 16.45 Kinder-Yoga 4-5 Jährige mit Christine	17.00 – 18.00 Jugend-Yoga ab 13 Jahre	10.45 – 12.15 AchtsamkeitsYoga	10.45 – 12.15 Qi Gong
12.00 – 13.00 Yoga Mutter und Baby	17.00 – 18.00 Kinder-Yoga 6-7 Jährige mit Christine	18.30 – 20.00 Hatha-Power-Yoga mit Steve	17.30 – 19.00 AchtsamkeitsYoga	–
19.30 – 21.00 Qi Gong	18.30 – 20.00 AchtsamkeitsYoga	18.30 – 20.00 (ONLINE) AchtsamkeitsYoga am Abend	–	18.30 – 21.30 Achtsamkeits-Intensiv-Yoga 28.08. Ein starker Rücken 09.10. Das Yoga-Dreieck 06.11. Kraft aus einer starken Basis 11.12. Zurück zur eigenen Quelle
Achtsamkeits-Meditation für Geübte	–	20.15 – 21.45 Hatha-Power-Yoga mit Steve	–	
Aug. - Dez. wechselnd Genauere Termine findest Du auf der WEBseite oder dem Flyer.	20.15 – 21.45 AchtsamkeitsYoga	20.15 – 21.45 (ONLINE) AchtsamkeitsYoga am Abend	20.15 – 21.45 AchtsamkeitsYoga und Meditation für Geübte	

Weitere Angebote

- Individual-Coaching | Yoga Intensiv | Business Yoga
- Seminare und Workshops für dein persönliches Wachstum
- Online-Angebote | Yoga und Qi Gong unter freiem Himmel
- Vorträge | Events mit den Themen-Schwerpunkten um Persönlichkeitsentwicklung, Achtsamkeit, Yoga, Qi Gong und Meditation

Yoga-Zentrum Bad Bramstedt | Britta Panknin-Ammon
 Schillerstrasse 22 | 24576 Bad Bramstedt
 Email: info@yoga-der-achtsamkeit.de
 Telefon: +49 (0) 41 92 89 375 58
 Mobil: +49 (0) 170 96 881 80
www.yoga-der-achtsamkeit.de



Entdecke die Schätze in Dir!

Dein Weg zum inneren und äußeren Gleichgewicht.

AchtsamkeitsYoga

im Yoga-Zentrum Bad Bramstedt für Jede|n: In der Schwangerschaft, als Mutter mit deinem Baby, als Kind, Jugendlicher oder als Senior|in, unterstützt auf sanfte Weise ein Gespür für Körper und Geist, ermöglicht Selbstwahrnehmung und freie Gedankenentfaltung im harmonischen Verbundensein mit der Gegenwart.

Durch die sehr wirksamen Meditations-, Körper- und Atemübungen bekommst Du als Teilnehmer|in wertvolle Methoden und Impulse an die Hand, die für einen gelasseneren und selbstbestimmteren Alltag sorgen.

Meine Angebote sind als Präventionskurse** nach §20 SGB V für die Bezuschussung durch die Krankenkassen berechtigt.

Für Details und Buchungen, stehe ich gern im persönlichen Gespräch zur Verfügung.

Preise

GruppenStunde: 15,50 Euro

OnlineStunde: 13,50 Euro

10er Kurs: 155,00 Euro* (10 Wochen gültig)

10er OnlineKurs: 135,00 Euro* (10 Wochen gültig)

Monatsbeitrag**: 43,00 Euro

Einzelstunde (60 Min.): 80,00 Euro

**Die detaillierten Bedingungen entnimmst Du bitte meiner Webseite www.yoga-der-achtsamkeit.de Stand August 2020

Yoga 