

# YOGA

## Trotz Corona



In ungewöhnlichen Zeiten brauchen wir Vertrauen in uns Selbst. Mit jedem Moment für uns selbst gewinnen wir Zuversicht und Energie. Dieses biete ich in diesen Zeiten in Online-Kursen an. Melden Sie sich für einen meiner Kurse an, buchen Sie sich einen Einzeltermin im Kurs oder One2One.

Alle Online-Angebote sind für die Präventionsförderung durch Ihre Krankenkassen berechtigt. Weitere Informationen zu den Angeboten., Preisen und Zuschussmöglichkeiten gebe ich Ihnen gern im persönlichen Gespräch am Telefon.

### Aktuelles Online-Angebot

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
9.00 – 10.30 <b>Yoga in der Schwangerschaft</b>			10.45 – 12.15 <b>AchtsamkeitsYoga</b>
	18.30 – 20.00 <b>AchtsamkeitsYoga</b>	18.30 – 20.00 <b>Hatha-Intensiv-Yoga</b>	17.30 – 19.00 <b>AchtsamkeitsYoga</b>
19.30 – 21.00 <b>Qi Gong</b> alle 14 Tage	20.15 – 21.45 <b>AchtsamkeitsYoga</b>		



**Yoga-Zentrum Bad Bramstedt** | Britta Panknin-Ammon  
Schillerstrasse 22 | 24576 Bad Bramstedt  
Email: [info@yoga-der-achtsamkeit.de](mailto: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](http://www.yoga-der-achtsamkeit.de)