



IMMANUEL
DIAKONIE

Immanuel Krankenhaus Berlin
Klinik für Innere Medizin
Abteilung Naturheilkunde

Königstraße 63
14109 Berlin-Wannsee
www.naturheilkunde.immanuel.de



Träger:
Immanuel-Krankenhaus GmbH
Eine Einrichtung der Immanuel Diakonie.

www.immanuel.de

DEM LEBEN ZULIEBE.

IMMANUEL KRANKENHAUS BERLIN
Rheumaorthopädie · Rheumatologie · Naturheilkunde



IMMANUEL
DIAKONIE

Yogakurse

Bewegung für Ihre Gesundheit



ab Januar 2017

Yogakurse

Bewegung für Ihre Gesundheit

Yoga bedeutet, den eigenen Körper achtsam zu spüren und mit sich selbst in Kontakt zu kommen. Im Einklang mit der Atmung werden Geist und Körper durch Haltungen und Bewegungsabfolgen (Asanas und Vinyasa), Atemübungen (Pranayama) sowie Entspannungs- und Meditationsübungen gestärkt. Yoga kann auch mit körperlichen Einschränkungen praktiziert werden, Anfänger sind herzlich willkommen.

Die **10-Wochen-Kurse** vermitteln die Grundlagen des Yoga.

Kursbeginn

Montags ab 09.01.2017, mit Michaela Spoo
Kurs 1: 18.00 bis 19.30 Uhr (Kurs-Nr. 01/2017)
Kurs 2: 19.45 bis 21.15 Uhr (Kurs-Nr. 02/2017)

Dienstags ab 10.01.2017, mit Carola Welt
Kurs 3: 18.00 bis 19.30 Uhr (Kurs-Nr. 03/2017)
Kurs 4: 19.45 bis 21.15 Uhr (Kurs-Nr. 04/2017)

Kosten

Kursgebühr für 10 Termine € 140,-
(bzw. 130€ für Mitarbeiter der Immanuel Diakonie)
Jeweils eine versäumte Kursstunde pro Kurs kann nachgeholt werden.

Die Yoga-Kurse werden von vielen Krankenkassen als Gesundheitskurse finanziell bezuschusst, da sie durch die Zentrale Prüfstelle Prävention zertifiziert sind. Sprechen Sie bitte Ihre Krankenkasse an.

Anmeldung

Mit Überweisung der Kursgebühr auf das unten genannte Konto, spätestens bis zum 02.01.2017, melden sie sich verbindlich an und sichern Ihren Platz.
Probestunde (8€) und späterer Einstieg nach Absprache möglich.

Bei Fragen kontaktieren Sie uns bitte telefonisch:
Michaela Spoo (0176) 611 57 380
Carola Welt (0151) 116 48 705
oder melden Sie sich per E-Mail unter
naturheilkunde.yoga@immanuel.de

Yogalehrerinnen



Michaela Spoo

Ärztin am Immanuel Krankenhaus Berlin und Yogalehrerin
Praktiziert seit 2000 Hatha-Yoga, Ausbildung im Bereich der Tanz- und Körperarbeit. 3-jährige Ausbildung bei Sama Fabian, London und 3-jährige Weiterbildung bei Dona Holleman, Italien



Carola Welt

Yogalehrerin BDY/EYU
Praktiziert seit 2004 Hatha-Yoga, 4-jährige Ausbildung bei Alexander Peters, Berlin und Weiterbildung in Yogatherapie bei Dr. Günter Niessen

Ort

Immanuel Krankenhaus Berlin
Abteilung Naturheilkunde
Königstraße 63, 14109 Berlin
Tagesklinik, Gruppenraum, Ebene 0

Kontoverbindung

Kontoinhaber	Immanuel-Krankenhaus GmbH
IBAN	DE70 1005 0000 6600 0502 90
Verwendungszweck	Kurs-Nr. sowie Name des Kursteilnehmers