

ANMELDEBEDINGUNGEN UND HAFTUNG

Die Kursgebühr für fortlaufende Gruppen obliegt den Kursleitungen; Einzelbelegung auf Anfrage möglich.

Bei finanziellen Engpässen (z.B. Arbeitslosigkeit, alleinerziehend) ist eine Ermäßigung in Absprache mit der Kursleitung möglich. Bei Kursen ist die komplette Kursgebühr am ersten Kurstag fällig. Auf einige Kurse gibt es für Mitglieder einen ermäßigten Kursbeitrag. Bei zertifizierten Kursen kann ein Zuschuss bei der Krankenkasse beantragt werden.

Anmeldung und weitere Infos unter:
Tel: (0 89) 80 92 73 77

www.yoga-gesundheit.de
info@yoga-gesundheit.de

Bankverbindung: Stadtparkasse München

IBAN: DE62 7015 0000 0042 1017 09
BIC: SSKMDEMM

Eingetragen beim **Amtsgericht München** unter
VR 16828

Haftung

Die Teilnahme an alle Veranstaltungen ist freiwillig. Alle TeilnehmerInnen sind für sich selbst und ihre Handlungen innerhalb der Veranstaltungen verantwortlich. Die Seminarleitung wird von sämtlichen Haftungsansprüchen freigestellt.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kein Ersatz für eine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung, sondern kann eine zusätzliche Unterstützung sein.

YOGA UND GESUNDHEIT E.V.

Wir sind ein gemeinnütziges Zentrum für Gesundheitspädagogik und bieten ein umfassendes Kursangebot für verschiedene Berufsgruppen und Menschen aller Altersgruppen an. Wir arbeiten ausschließlich mit ausgebildeten und erfahrenen Fachkräften zusammen.

Dozenten-Liste

Bouillé, Krista
Färber, Rita
Lechtenfeld, Ingrid
Neppel, Evelyn
Reiserer, Margarethe
Schäffler, Irmgard
Schreiner, Sabine
Wächter, Johanna
Will, Petra
Weiser, Nicole
Zinsler-Stapel, Elisabeth
Zitka-Scheuerer, Hanne

Mehr Information hierzu finden Sie auf unserer Website www.yoga-gesundheit.de unter „Dozenten“

Bitte geben Sie unser Programm auch Ihren Freunden, Bekannten und Kollegen weiter. Wir wollen wenig Geld für Werbung ausgeben und lieber Freiplätze für Bedürftige anbieten. Eine Mitgliedschaft in unserem gemeinnützigem Verein kostet nur 50 € pro Jahr und ist steuerlich abzugsfähig.

Für alle Veranstaltungen bitte unbedingt
in der Geschäftsstelle oder bei der
Kursleitung anmelden.

Soweit nicht abweichend von den Kursleitungen
beschlossen, findet in den Schulferien kein Unterricht statt.

Telefonnummer: (0 89) 80 92 73 77

Yoga Qigong Feldenkrais Buteyko
Phyllis Krystal Methode und mehr

Kurse
&
Kostenlose Vorträge



Programm

September - Dezember 2024

Yoga & Gesundheit e.V.
Bonner Platz 1
80803 München

Telefon: (0 89) 80 92 73 77

info@yoga-gesundheit.de

www.yoga-gesundheit.de

MONTAG

Yoga (Fortlaufender Kurs, außer in den Ferien)

Start: 23.09.2024 Ende: 16.12.2024

09.30 - 10.30 h

11.00 - 12.00 h

Qigong

Start: 30.09.2024 Ende: 09.12.2024

18.45 - 20.15 h (10 ÜE) 150 €

DIENSTAG

Yoga am Vormittag (Fortlaufender Kurs, außer in den Ferien)

Start: 23.09.2024 Ende: 17.12.2024

Einstieg jederzeit möglich!

08.45 - 09.45 h

Feldenkrais: Spielend bewegen-Neues entdecken

Start: 10.09.24 Ende: 15.10.24 (6 ÜE) 84 €

Start: 05.11.24 Ende: 17.12.24 (7 ÜE) 98 €

Einstieg jederzeit möglich!

17.45 - 19.00 h

„Gute-Nacht-Yoga“ - Achtsame Yogaübungspraxis

Start: 17.09.24 Ende: 22.10.24 (6 UE) 90 €

Start: 05.11.24 Ende: 17.12.24 (7 UE) 105 €

Einstieg jederzeit möglich!

19.30 - 21.00 h

MITTWOCH

Achtsames Hatha Yoga für alle Level

Start: 18.09.24 Ende: 11.12.24 (12 ÜE) 13 €/h

nicht am 30.10.2024

Einstieg jederzeit möglich! Auch Neueinsteiger!

17.00 – 18.15 h

DONNERSTAG

Hatha-Yoga (krankenkassenzertifiziert)

Start: 10.10.24 Ende: 12.12.2024 (10 ÜE) 180 €

17.00 - 18.30 h

19.00 - 20.30 h

FREITAG

Kinder-Qigong für Kinder bis 6 Jahren – auch mit Elternteil möglich!

Start: Freitag alle zwei Wochen nach Vereinbarung

16.15 – 17.00 h (Kind 8,50 €; Eltern-Kind 15 €)

EINZELVERANSTALTUNGEN

4. Fortgeschrittenen Seminar:

„Die inneren Fesseln sprengen“ Methode nach

Phyllis Krystal

Thema: „Familienatmosphären: Geld, Essen/Trinken,

Zeit/Pünktlichkeit, Gesundheit/Krankheit.

(Folgeseminar am 15.03.2025)

Sa. 09.11.2024 von 10.00 - 18.00 h

Kosten: 90 €

Voraussetzung: Kenntnis und Erfahrung mit der Methode

Dozentin: Krista Bouillé

Anmeldung: kristabouille@gmx.de oder

Tel. 004989-66064835

Arbeitskreis der Yogalehrenden AKYL

Professioneller Austausch unter Yogalehrenden

So. 10.11.2024 von 10.00 - 12.30 h

Kosten: 10 €

Pranayama und Meditation

Atemtechniken aus dem Yoga

Was passiert bei der Meditation?

17.11.2024 von 10.00 – 17.00 h

Kosten: 110 €; für Mitglieder 95 €

Dozentin: Petra Will

Kinder-Qigong – Weiterbildung für Erwachsene
Qigong und Naturexperimente, „Mia- im Dschungel“
eine Chan Mi Gong Geschichte, Qigong-Massagen und
Theorie

Zielgruppe: Alle, die mit Kindern leben und arbeiten -

Eltern, Qigong-Lehrer*innen, Kita-Fachkräfte,

Pädagogische Mitarbeiter*innen in Ganztagschulen,

Lehrer*innen, Psychomotoriker*innen,

„Mia im Dschungel“

Fr..22.11.2024 von 16.00 - 20.00 h

Kosten: 60 €

Qigong und Naturexperimente

Sa. 23.11.2024 von 10.00 -18.00 h

Kosten: 100 €

Massagen, Methodik- Didaktik-Theorie und kurze

Wiederholung der Geschichte vom Freitag

So.24.11.2024 von 09.00 -13.00 h

Kosten: 60 €

Gesamtes-Wochenende: 200 €

Freitag und Samstag oder

Samstag und Sonntag

Kosten: 150 €

Dozentin: Sabine Schreiner

Anmeldung über sabine@schreiner-qigong.de

VORTRÄGE

Transzendente Meditation

Tiefe Entspannung – einfach & mühelos

Kostenlose Vorträge an folgenden Terminen:

09.09.2024 - 07.10.2024 - 14.11.2024 – 02.12.2024

jeweils 19.00 - 20.00 h

Anmeldung: Tel. 01575 0453 507 bei Hr. Färber