



Elisabeth Baender-Michalska  
Heilpraktikerin Psychotherapie

Art of EIMotion

# Yoga Zentrum Darmstadt

## Präventionskurse 2018

(Bezuschussung der Krankenkasse möglich)

	Montag Kurs	Dienstag Kurs	Mittwoch Kurs	Donnerstag Kurs	Freitag Kurs	Samstag Kurs
Vormittag	<b>Kursgebühr für alle o.g. Kurse:</b> 10 Termine à 60 min: 165 € 10 Termine à 75 min: 180 € 10 Termine à 90 min: 195 € <b>Bitte erfragen Sie die Zuschussung bei Ihrer Krankenkasse.</b>		09:30 - HATHA YOGA 10:45 - STRESSREGULATION UND ENTSPANNUNG <b>A</b> 10 Termine à 75 min 04.10. - 13.12.2017 17.01. - 21.03.2018 25.04. - 20.06.2018			
	<b>Anmeldung</b> für alle Kurse erforderlich mit entsprechendem Anmeldeformular für Präventionskurse (siehe Webseite > Anmeldung). Die Kurse können nur bei ausreichender Teilnehmerzahl starten. Zur besseren Planbarkeit bitte frühzeitig anmelden bzw. Interesse in den ausliegenden Listen im Studio bekunden!			10:30 - PILATES BASIC 11:45 - Frauengesundheit / Fit nach der Geburt <b>A</b> 8 Termine à 75 min 15.02. - 19.04.2018 26.04. - 21.06.2018 23.08. - 18.10.2018 25.10. - 13.12.2018	10:15 - HATHA YOGA STRESSREGULATION UND ENTSPANNUNG <b>A</b> 10 Termine à 75 min 16.02. - 04.05.2018	
Nachmittag / Abend		16:15 - HATHA YOGA FÜR JUGENDLICHE 17:15 (13 - 17 Jahre) <b>A</b> Hatha Yoga für Anfänger 10 Termine à 60 min, KK-Kurs 26.09. - 12.12.2017 16.01. - 20.03.2018 17.04. - 26.06.2018		16:30 - HATHA YOGA STRESSREGULATION UND ENTSPANNUNG <b>A</b> 10 Termine à 60 min 05.10. - 14.12.2017 18.01. - 22.03.2018 12.04. - 28.06.2018		
	17:45 - RÜCKENBALANCE 18:45 Anfänger <b>A</b> 10 Termine à 60 min 02.10. - 11.12.2017 15.01. - 19.03.2018 09.04. - 25.06.2018		18:30 - HATHA YOGA FÜR JUNGE MENSCHEN (18 - 26 Jahre) <b>A</b> Hatha Yoga für Anfänger 10 Termine à 60 min, KK-Kurs 23.08. - 01.11.2017 17.01. - 21.03.2018 25.04. - 27.06.2018		17:30 - HATHA YOGA FÜR SCHWANGERE <b>A</b> Hatha Yoga für Anfänger 8 Termine à 75 min 16.02. - 20.04.2018 27.04. - 22.06.2018 24.08. - 19.10.2018 26.10. - 14.12.2018	
		19:30 - PILATES BASIC 20:30 <b>A</b> 10 Termine à 60 min 10.10. - 19.12.2017 16.01. - 20.03.2018 17.04. - 26.06.2018	19:00 - HATHA YOGA STRESSREGULATION UND ENTSPANNUNG <b>A</b> 10 Termine à 60 min 23.08. - 01.11.2017 17.01. - 21.03.2018 18.04. - 20.06.2018	19:15 - PILATES BASIC 20:15 <b>A</b> 10 Termine à 60 min 05.10. - 14.12.2017 18.01. - 22.03.2018 12.04. - 28.06.2018	19:00 - HATHA YOGA STRESSREGULATION UND ENTSPANNUNG <b>A</b> 10 Termine à 60 min 24.11. - 16.02.2018 23.02. - 04.05.2018 18.05. - 20.07.2018	
	20:30 - HATHA YOGA STRESSREGULATION UND ENTSPANNUNG <b>A</b> 10 Termine à 90 min 02.10. - 11.12.2017 15.01. - 19.03.2018 09.04. - 25.06.2018			20:30 - HATHA YOGA STRESSREGULATION UND ENTSPANNUNG <b>A</b> Hatha Yoga für Anfänger 8 oder 10 Termine à 90 min 15.02. - 03.05.2018 (10x) 17.05. - 12.07.2018 (8x)		



**Fortlaufende Kurse:**  
finden Sie in separatem Kursplan unter [www.yoga-gymnastik.de](http://www.yoga-gymnastik.de)