

**Über 15 Jahre
Präventionskurse
in Wittlich!!!**



www.Rainbow-Yoga.de

**Die einzigen
zertifizierten Yogakurse
in Wittlich!!!**

(gültig ab Mitte August 2019)

Rainbow-Yoga-Kursplan

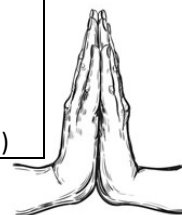
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
7:45 – 9:00 Uhr Sunrise-Yoga	7:45 – 9:00 Uhr Sunrise Yoga			8:00 – 9:15 Uhr Sunrise-Yoga
9:15 – 10:45 Uhr Women only!!! – Yoga für Frauen mit Schwerpunkt Beckenboden, Halt + Stabilität	9:15 – 10:30 Uhr Happy-Day-Yoga mit Schwerpunkt Rücken/Schulter-Nacken			9:30 – 11:00 Uhr Begleitendes Yoga in der Krebsnachsorge
11:00 – 12:15 Uhr Yoga (sanft) für die Gelenke und für Senioren				11:15 – 12:45 Uhr Women only!!! – Yoga für Frauen mit Schwerpunkt Frauenthemen
16:30 – 17:30 Uhr Yoki - Kinderyoga		16:00 – 17:30 Uhr Schwangerenyoga	16:00 – 17:30 Uhr Women only!!! - Yoga für Frauen in den Wechseljahren	16:00 – 17:00 Uhr Teenie-Yoga
17:45 – 19:15 Uhr After-Work-Yoga	17:45 – 19:15 Uhr After-Work-Yoga	17:45 – 19:15 Uhr After-Work-Yoga	17:45 – 19:15 Uhr After-Work-Yoga	17:15 – 18:45 Uhr Happy-Weekend-Yoga
19:30 – 21:00 Uhr Candlelight-Yoga	19:30 – 21:00 Uhr Candlelight-Yoga	19:30 – 21:00 Uhr Candlelight-Yoga	19:30 – 21:00 Uhr Candlelight-Yoga	19:00 – 20:30 Uhr Deep-Relax-Themen- Yogastunden oder Intensiv- Gesundheitskurse (Siehe Flyer/Ausschreibung!)

Zertifizierte

**Bezuschussung durch die
Krankenkassen möglich!!!**

**Präventivkurse nach § 20 SGB V
Primäre Prävention und Gesundheitsförderung**

Petra Merges
Königsberger Str. 48
54516 Wittlich
Mobil: 0178-4905229



Namaste