

# YOGA

*aktiver leben*

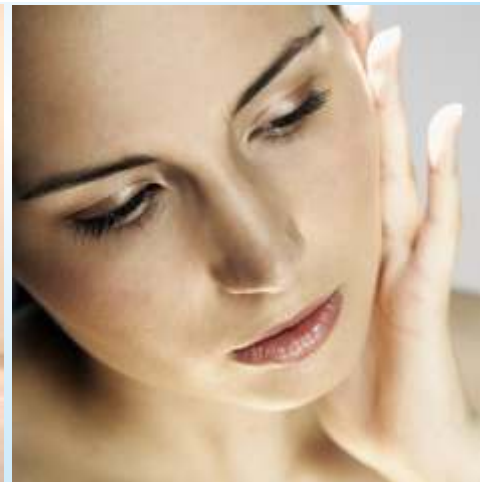
# FITNESS

Präventions-  
Kurse

**Termine auf Anfrage**

## Traditionelles integrales Yoga

- ✓ vier Yogawege  
Raja Yoga, Bakti Yoga,  
Karma Yoga, Jnana Yoga
- ✓ Rishikesh Reihe  
12 grundlegende Stellungen  
des Yoga (Asanas)
- ✓ Pranayama  
Atemtechniken des Yoga



### Dauer / Ort:

immer 14-tägig 8 x 90 min  
im Kursraum des Fit & Fun

### Kosten:

99 € inkl. Decke, als Präven-  
tionskurs Krankenkassen  
anerkannt, Kostenüber-  
nahme bis 100% möglich!

### Infos & Anmeldungen:

☎ 03334 - 20 74 50



**FIT & FUN**  
Sport- und Gesundheitspark  
Eberswalde