

Achtsames Yoga – offener Kurs *(Teilnahme an einzelnen Stunden möglich)*

Dienstags:

18:00 – 19:30 Uhr

16.08. – 22.11.2022

(23.08. + 25.10. kein Kurs)

Freitags:

8:30 – 10:00 Uhr

19.08. – 02.12.2022

(16.09., 28.10. + 11.11. kein Kurs)

Teilnahme sowohl **vor Ort**

als auch **online** möglich:

<https://us02web.zoom.us/j/6934366261>

Meeting-ID: 693 436 6261

Preis pro Kurs-Einheit: 10,- €

Yoga-Kurse:

Dienstagabend

&

Freitagvormittag

Erlernen und Wiederholen

von achtsamen Yoga-

Übungen aus dem

Hatha-Yoga

Ausbildungsschule:

YOGASCHULE Samtosha

Ausbildung nach den Richtlinien

BDY/EYU

Frauke Reese



Im 3. Jahr Yoga-Ausbildung,
Qigong-, MBSR-, MBCT- und MSC-
Lehrerin

Mitglied des BDY (Berufsverband der Yoga-
Lehrer*innen), der Medizinischen
Gesellschaft für Qigong Yangsheng und des
MBSR-MBCT Verbandes

Tel.: 030-64834934

info@lebevoll.de

Frauke Reese

lebevoll –
Praxis für Gesundheitskultur

Karl-Hofer-Str. 4 – 6
14163 Berlin

www.lebevoll.de

