

YOGA SPEZIAL AACHEN

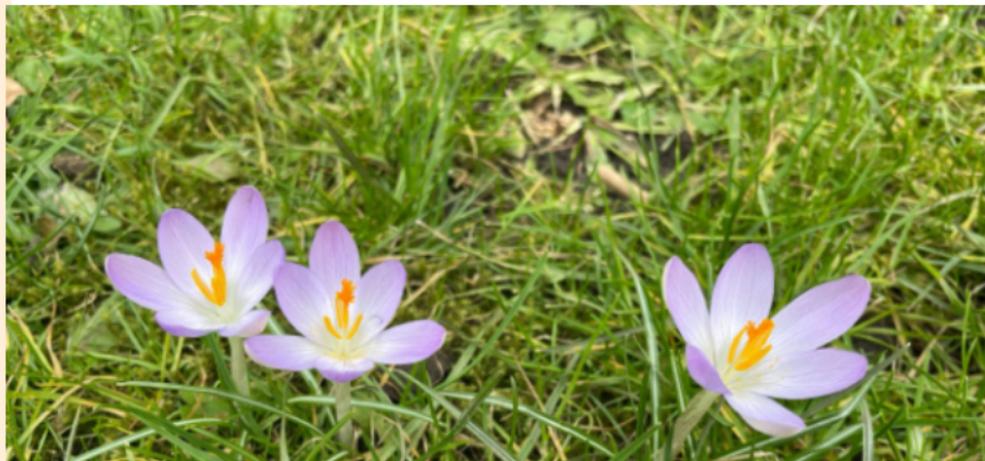
Ulla Artz-Staerk, Dr. med.
Yogalehrerin, Psychotherapeutin



Neue Kurse ab Ende August 2025

Yoga für Menschen mit emotionalen Belastungen

Durch sanfte Yogaübungen , Atem- und Entspannungstechniken lernen wir, uns selbst zu spüren, unsere Grenzen und Bedürfnisse zu respektieren und liebevoll mit uns umzugehen. Wir nehmen die Fäden für unser Wohlbefinden selbst in die Hand.



Di oder Do, 17.00-18.15, ab Ende August

Preis: 140 Euro für 10 + 2 Termine

(meine Kurse sind als Präventionskurse zertifiziert und werden von den Krankenkassen bezuschusst)

Info: yoga-spezial-aachen.de

Anmeldung: praxis@kaiserstadt.eu