

YOGA SPEZIAL AACHEN

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



Neue Kurse ab Ende Februar 2026

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 15.00-16.30 oder Di und Do, 17.00-18.30,
ab Ende Februar 2026**

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