

Info zum KK KURS :

Du erhältst für einen Gesundheitskurs Hatha – Yoga im Yogastudio Menden 70 – 100 % deiner Kursgebühr zurück !!!



Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten bis zu 2x jährlich einen Präventionskurs nach § 20 (SGB) für **Hatha - Yoga**. Gudrun Kübber - Yogalehrerin - ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) zertifiziert.

So geht es :

Du gehst mit der Kursgebühr in Vorkasse. Bei regelmäßiger Teilnahme erhältst Du von Gudrun eine Bescheinigung. Diese wird bei der KK eingereicht und du bekommst zeitnah eine anteilmäßige Zurückerstattung.

INFO – Tel. 02373 – 7607847

YOGA FÜR DEN RÜCKEN : Stärke deinen Rücken und deine Körpermitte gleichermaßen. Das Verständnis für Körperwahrnehmung, Gefühl und Stimmigkeit kann dich immer mehr in deine Kraft leiten. Über die Entspannung erfährst du einen wohltuenden Abstand zum Alltag. Ferner erhältst du Handouts /Übungsprogramme und Inspirationen. Die Kurse sind für Anfänger und für Menschen mit Yogaerfahrung geeignet.

