



Darf ich Ihnen helfen, gesund zu bleiben?

Mentale und körperliche Gesundheit sind zentral für ein erfülltes Leben.
Ich begleite Sie im Stärken Ihrer Selbstregulation, der Selbstwahrnehmung und Ihrer Genesungskompetenzen ganz in Ihrer Nähe in Kleingruppenkursen und Einzelbegleitung.

Gruppenkurse mit maximal 8 Teilnehmer/Innen finden am

Montag (10.00 / 13.45 und 19.00 Uhr)
Dienstag (5.50 und 19.00 Uhr),
Donnerstag (18.15 und 19.45 Uhr) und
Freitag (8.30 und 10.00 Uhr) statt.

Kostenloser Einführungsmorgen: 25. März, 2. September und 4. November von 10.00 – 11.30 Uhr

Leitung: Marianne Lutz, Komplementär Therapeutin OdA KT in
Methode Yogatherapie, Yogalehrerin YCH

Ich freue mich auf Sie, entweder in einer kostenlosen Probelektion in meinen Kursen, bei einem Einführungsmorgen oder auf ein Kennenlernen in einer Einzelbegleitung.