

# HATHA YOGA & QIGONG KURSE



## HATHA YOGA

DIE EINHEIT VON  
SONNE (HA) & MOND (THA)  
ÖFFNET DIE BLÜTE DEINER  
INNERSTEN ESSENZ

mindestens

**75 € Erstattung durch die Gesetzl.K.-Kassen**

**MBSR Achtsamkeits - Kurs**, 8 x A) ab 29.10. Montag von 19.15 bis 21.45 Uhr Rudolf- Steiner- Schule

**Hatha Yoga mit Vorkenntnissen B)** ab 25.09. Dienstag von 17.45 bis 19.15 Uhr Rudolf- Steiner- Schule

**QiGongAnfänger** 60 Minuten 12€ C) ab 17.09. Mittwoch von 17.55 bis 18.55 Uhr Rudolf- Steiner- Schule

**Hatha Yoga mit Vorkenntnissen D)** ab 17.09. Mittwoch von 19.00 bis 20.30 Uhr Rudolf- Steiner- Schule

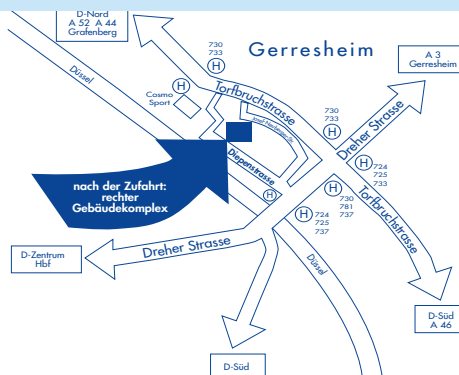
**Hatha Yoga Anfänger - Kurs** E) ab 17.09. Mittwoch von 20.30 bis 22.00 Uhr Rudolf- Steiner- Schule

Achtung: alle Mittwochskurse beginnen **am Montag, dem 17.09.**, da Mittwoch, der 3.10. ein Feiertag ist!

**11 x 1,5 Stunden: 192 € QiGong Anfängerkurs 11 x 1 St.: 132 €**

### Adresse:

Rudolf-Steiner-Schule  
Diepenstr. 15  
40625 Düsseldorf/Gerresheim  
Mo: "Roter Raum"  
Di: "Roter Raum" (nach dem Eingang am  
Wasserbecken die Treppe rechts nach unten)  
Mi: "Blauer Raum" (nach dem Eingang am  
Wasserbecken aus Stein geradeaus)  
Für detaillierte Wegbeschreibung siehe:  
[www.LifeArtPractice.de](http://www.LifeArtPractice.de)



**Kursleitung:** Sylvia-Saida Arnolds • Yogalehrerin • Dipl. Kultur-Pädagogin • Qigong & TaiChi Lehrerin • HP

**Verbindliche Anmeldung: Kurs**  A:  B:  C:  D:  E:  F:

B i t t e a n k r e u z e n

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse: \_\_\_\_\_

Kursgebühr in bar bei Kursbeginn oder per Überweisung mit Angabe: Kurs & Name

Bankverbindung: Sylvia Arnolds - IBAN DE47300501101006390858 - BIC DUSSEDDXXX

### Anmeldung:

Sylvia - Saida Arnolds  
Life Art Practice

Gut Rotthaus  
Rotthäuser Weg 110  
40629 Düsseldorf

oder Tel. 0211 28 73 48  
Fax: 03 21 27 006 007  
Yoga@Deutschland.MS  
[www.LifeArtPractice.de](http://www.LifeArtPractice.de)