

YOGA

RÜCKEN-AKTIV

ACHTSAMKEIT

LUST AUF ENTSPANNUNG, BEWEGUNG UND WOHLBEFINDEN?

Dann sind unsere online Angebote genau
das Richtige.

teamw()rk
für Gesundheit und Arbeit

Die Kurse sind für alle Level geeignet.
Neulinge sind herzlich Willkommen.
Es braucht keine Vorkenntnisse und ein Einstieg ist
jederzeit möglich.

Wann?

Achtsamkeit: mittwochs 12:30 -13:30 Uhr

Yoga: freitags, 11:00 -12:00 Uhr

Rücken-aktiv: freitags, 14:00 - 15:00 Uhr

Wo?

Online und bequem von zu Hause.

Anmeldung

Sie möchten teilnehmen? Dann schreiben Sie
eine Mail an anmeldung@hage.de

Mehr
Informationen
zu den einzelnen
Kursen gibt
es hier



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

