

Frau im Zentrum

Yoga

Hormonselfhilfe

Wechseljahreberatung



Jutta Kreuzberg

Bonner Strasse 26
53507 Dernau

Tel. 02643 – 90 38 99
Fax 02643 – 90 17 26

www.jutta-kreuzberg.de
info@jutta-kreuzberg.de

Hatha Yoga Kurse

Kurs 1

in Zusammenarbeit mit dem Sportverein Walporzheim

Dauer: fortlaufend

jeweils montags von 16.00 Uhr – 17.30 Uhr

Ort: Alte Schule, Walporzheim

max. 10 Teilnehmerinnen

Gebühr: 60 € für 10 Einheiten à 90 Minuten

Kurs 2

In Zusammenarbeit mit dem Bella Vita Frauenfitness und Wellnessstudio Walporzheim

Dauer: fortlaufend

jeweils freitags von 9.00 Uhr – 10.30 Uhr

Ort: Bella Vita in Walporzheim

Einzelstunde (auch bei bestimmten körperlichen Beschwerden)

Ort: Schmittmannstr. 28 in Dernau

Gebühr: 60 € für 90 Minuten

Hilfsmittel wie Polster, Gurte, Klötze, Decken sowie Yogamatten werden zur Verfügung gestellt

Hormon-Yoga-Workshop nach Dinah Rodrigues

in Zusammenarbeit mit dem Sportverein Walporzheim

Termine 2009: 21-22.03.2009

27-28.06.2009

05-06.09.2009

14-15.11.2009

Dauer: 2 Tage, jeweils Samstag und Sonntag

Ort: Alte Schule, Walporzheim

max. 10 Teilnehmerinnen

Gebühr: 120 €

Die Yogakurse werden von den Krankenkassen als Präventionsmaßnahme anerkannt und bezuschußt!

Hormonselfhilfe und Wechseljahreberatung

Beratungsgespräch 60 Min

45 €

Beratungsgespräch 90 Min

60€

Ort: Schmittmannstr. 28 in Dernau

Rufen Sie mich an, gerne gebe ich Ihnen weitere Informationen!