

Yoga und Krebs Kurs

Wann: 05.09. bis 31.10.2024

15:00 Uhr (6x 60 Min.) – am 10. und 17.10 ist kein Yoga

Kosten: 96 Euro (Vorkasse)

Wo: Brunsburg 4, 27432 Bremervörde

Schenke Dir Zeit für Dich und Deine Bedürfnisse. Egal ob Du gerade erst die Diagnose Krebs erhalten hast, in Behandlung bist oder nach Abschluss der Behandlungen wieder zu neuer Kraft zurückfinden möchtest: Yoga kann Deinen Genesungsprozess aktiv unterstützen und Dir helfen, Dich wieder „ganz“ zu fühlen!

Dieses Konzept vereint erstmals das medizinische Wissen über Krebserkrankungen mit der Wissenschaft des Yoga. Es berücksichtigt die unterschiedlichen Stadien der Therapie und ist auf die besonderen physischen und emotionalen Bedürfnisse von Menschen mit und nach Krebs zugeschnitten. Es berücksichtigt typische Nebenwirkungen der Therapien und unterstützt die Betroffenen darin, an Kraft und Flexibilität zu gewinnen, den eigenen Körper wieder besser zu spüren, innere Ruhe zu finden und stimuliert das Immunsystem.

Probestunde am 22.08.24 um 15:00 Uhr (Dauer 60 Min./ Kosten 16 Euro) oder **Workshop in Theorie und Praxis am 25.08.24 um 10 Uhr** (Dauer 90 Min./ Kosten 24 Euro).

Anm. bei der Krebsberatungsstelle unter 04761/9820200 oder brv@krebsfuersorge.de. Nähere Infos findest Du auch unter www.yoga-und-krebs.de