

# **Yoga und Beckenboden im Dorfhaus Achenmühle**

**ab Mai 12 x Montags, nicht in den Schulferien**

**08.45-10.15 Uhr**

**Kurs wird von den Krankenkassen bezuschusst**





YOGA  
FORUM  
Rosenheim

## **Christine Rauh**

Physiotherapeutin

Yogalehrerin

Beckenbodengymnastik (BiB)

Anmeldung unter:

Tel. 0152-29617702

christine.rauh@yogaforum-  
rosenheim.de

[www.yogaforum-rosenheim.de](http://www.yogaforum-rosenheim.de)

Zum Kurs: Yoga, therapeutisch angeleitet, auf Basis der Marmalehre, des Ayurveda, der Yogaphilosophie und fundierten Kenntnissen von Anatomie, Physiologie und Neurowissenschaften. Den Beckenboden als Basis Aktivieren und Stärken.

Der Kurs ist für jede/n geeignet, mit und ohne Vorkenntnisse in jedem Alter.