



Yoga im Sinne der Inklusion



So finden Sie uns

AWO Familienzentrum Marie Juchacz
Von-Krüger-Straße 18
40229 Düsseldorf
Endhaltestelle Vennhauser Allee
Fußweg zum Kursort ca. 3 Minuten

Kontakt

AWO Vita GmbH
Sozialpsychiatrisches Zentrum
Horst Mathew
Tel: 0211 60025-433
horst.mathew@awo-duesseldorf.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf
Sozialpsychiatrisches
Zentrum



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf e.V.
VITA gGmbH



Aktiv etwas für die eigene Gesundheit tun

Leichte Yoga-Übungen für Erwachsene mit dem Ziel:

- die Körperwahrnehmung zu verbessern
- bewusster zu atmen
- körperliche Flexibilität zu entwickeln
- sich zu entspannen

Inklusion bedeutet...

...Barrieren abbauen. Wir ermöglichen Menschen mit und ohne Behinderung, gemeinsam Yoga zu praktizieren.

Wo?

AWO Familienzentrum Marie Juchacz
Von-Krüger-Straße 18
40229 Düsseldorf

Wann?

Donnerstag 16.30 - 18.00 Uhr
Übungsmaterial wird gestellt.

Maximale Teilnehmerzahl: 8

Kosten

Pro Quartal 10 Euro
Anmeldung erbeten