

# Tag der offenen Tür 22.9.2018

## 10 Jahre Praxis Yoga Vitalis

### Tagesprogramm

#### **10:00 Uhr Begrüßung der Gäste**

**dazu werden Energie-Nahrung und Energie-Getränke gereicht**

Hergestellt von Heike Prochno, Porzer Gesundheitszentrum, Diabetesberaterin DDG

#### **12:00 Uhr Referat über gesundheitsfördernde Ernährung**

Heike Prochno, Porzer Gesundheitszentrum, Diätassistentin

#### **13:00 Uhr Vortrag Reiki -Körper und Seele in Einklang bringen-**

Joanna Sojka, Physiotherapeutin, *PhysioMedi Praxis* für Physiotherapie und Meditation Porz

#### **14:00 Uhr Hatha -Yoga -praktische Einführung-**

Silvia Schleupner, Krankenkassen zertifizierte Hatha-Yoga Yogalehrerin, Heilpraktikerin-Psychotherapie

#### **16:00 Uhr Andulationstherapie -Gesund durch Schwingungen-**

Anka Helmholz *Praxis Yoga Vitalis*, Krankenkassen zertifizierte Yogalehrerin, Referentin bei Akademie für ganzheitliche Medizin GmbH Sitz

#### **18:00 Uhr Meditation -verhilft zur Ruhe und Lebensfreude-**

Hanna Bekrek, Meditations- und Entspannungstrainerin beim Gesundheitszentrum Porz, Heilpraktikerin Psychotherapie, Paar-Therapeutin und Life& Business Coach

*Begrenzte Teilnehmerzahl. Anmeldung bei*



**Yogavitalis**

- Hatha Yoga
- Yogatherapie
- Hormon Yoga
- Andulationstherapie
- Kinesiologie, Touch for Health

☎ **01769-7658184**  
"Termine nach Vereinbarung" 