PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Weitere Infos und Anmeldung

Yoga - Für Gelassenheit und Vitalität

Yoga steigert die innere und äussere Beweglichkeit und Kraft, verbessert die Körperhaltung und baut Verspannungen ab. Bewusste Atemübungen vertiefen die Atmung und fördern Ruhe und Wohlbefinden. Ergänzende Meditationen laden ein, innezuhalten und neue Energie zu tanken – mit wertvollen Impulsen und Inspirationen für mehr Leichtigkeit und Ausgeglichenheit im Alltag. Dieser Kurs ist auch für Neueinsteigene geeignet.Bei Bedarf kann auch Teilzahlung der Kosten beantragt werden.

Angebot:	262-5301-06
Termine:	20.08.2026 - 17.12.2026 16 x Do 09:15 - 10:30
Ausfalltage:	12.11.2026, 19.11.2026
Leitung:	Frau Beatrice Peter
Ort:	Bea Yogi Studio, Haldenstrasse 5, 6340 Baar
Kosten:	CHF 560.00
Hinweise:	Eingang H14 nutzen

Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.

Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.

Pro Senectute Kanton Zug

Aegeristrasse 52 – 6300 Zug – Telefon 041 511 15 30
info@zg.prosenectute.ch – zg.prosenectute.ch

Spendenkonto
CH26 0078 7007 7105 7260 1