



GKV-Bündnis für  
**GESUNDHEIT**



# Yoga

Kostenloser Yoga Kurs für  
Bezieher/innen des Bürgergeldes  
in Wiesbaden



## Wann?

20.02. bis 23.04.2024

Dienstags, 12:30 bis 13:30 Uhr

## Wo?

Der Kurs findet vor Ort im Yoga Studio statt.

UNIT Yoga Wiesbaden

Biebricher Allee 30

65187 Wiesbaden

## Bitte mitbringen:

großes Handtuch oder eigene Yoga-Matte, bequeme Kleidung

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.





GKV-Bündnis für  
**GESUNDHEIT**



## Faktenblatt:

Kursangebot:	Yoga-Kurs
Wo?	Präsenzangebot UNIT Yoga Wiesbaden Biebricher Allee 30 65187 Wiesbaden  Haltestelle ÖPNV: Nussbaumstraße (Bus) oder Hauptbahnhof (10 Min. Gehzeit)
Zeitraum:	20.02. bis 23.04.2024 Dienstags, 12:30 bis 13:30 Uhr
Anmeldung:	Bei Interesse melden Sie sich bei Ihrer Fallmanagerin oder Ihrem Fallmanager. Sie erhalten einen Gutschein, welchen Sie im Yoga Studio UnitYoga vor Ihrer ersten Kurseinheit vorzeigen.  Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.
Material/ Vorkenntnisse:	Sie benötigen keine Vorkenntnisse von Yoga. Der Kurs ist für Einsteiger*innen sowie erfahrene Personen geeignet und wird durch die Trainerin individuell an die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Teilnehmer*innen angepasst.  Bitte bringen Sie ein Handtuch oder eine Yogamatte mit und tragen Sie bequeme Kleidung.

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

