

Von D. Staudt

16. Juni 2025, 09:00



Yoga

für

Krebsbetroffene



und Angehör

mit Annegret Kastorp in Meckenheim und Siegburg

Im Yoga finden wir Harmonie und Einheit. In diesem Kurs für ehemals) Krebserkrankte und ihre Angehörigen geht es darum, die eigene Mitte (wieder) zu finden, darin zu bleiben, zur Ruhe zu kommen und Kraft zu schöpfen. Atemübungen, leichte Asanas (Übungen aus dem Yoga) und Entspannungstechniken wirken auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene.

Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldungen telefonisch unter 02241 1209-308

oder per E-Mail an krebsberatung@caritas-rheinsieg.de.

In Meckenheim mit Annegret Kastorp

in Kooperation mit dem Katholischen Familienbildungswerk Rhein-Sieg-Kreis

Do 04.09.2025 - 11.12.2025 | 18:00 – 19.30 Uhr | 18 Termine

Ort: Haus der Caritas, Kirchplatz 1, Meckenheim

Kursnummer Bildungswerk: FME 256766043 | gebührenfrei

In Siegburg mit Stephanie Neuhaus

Mi 10.09.2025, 14-täglich, 16.00 – 17.30 Uhr

Ort: Krebsberatungsstelle Siegburg, Wilhelmstraße 74 | gebührenfrei