



# Naturheilzentrum Höxter

## INFOBLATT

Yoga Präventionskurse  
2026

### An alle Interessenten der Hatha Yoga Kurse 2026

*Die hier aufgelisteten Hatha Yoga Präventionskurse werden von den meisten Krankenkassen unter der Voraussetzung bei einer Teilnahme von 80% bis zu 100% bezuschusst.*

*Über die Höhe des Zuschusses gibt die jeweilige Krakenkasse bekannt.  
Alle Kurse sind für Anfänger & Wiedereinsteiger geeignet.*

**Naturheilzentrum Höxter in Amelunxen- Am Brink 9, 37688 Beverungen**

#### **Kurs 1 - YOGA für Körper, Geist und Seele**

Beginn: 19.01.26- 23.03.26 10 Einheiten a 90 Min.

Tag/ Uhrzeit: Montags/ 19:00- 20:30 Uhr

Kurs ID: KU- ST-VZP224 Kosten: 150€

#### **Kurs 1 - YOGA für Körper, Geist und Seele**

Beginn: 21.01.26- 25.03.26 10 Einheiten a 90 Min.

Tag/ Uhrzeit: Mittwoch/ 19:00- 20:30 Uhr

Kurs ID: KU- ST-VZP224 Kosten: 150€

#### **Kurs 2 - YOGA für Senioren (Stuhlyoga)**

Beginn: 16.01.26- 20.03.26 10 Einheiten a 60 Min.

Tag/ Uhrzeit: Freitag/ 10:00-11:00 Uhr

Kurs ID: KU- ST-KM8PYD Kosten: 140€

#### **Kurs 3 - YOGA für Stabilität und Balance**

Beginn: 16.01.26- 20.03.26 10 Einheiten a 90 Min.

Tag/ Uhrzeit: Freitag/ 19:00- 20:30 Uhr

Kurs ID: KU- ST-7PGUER Kosten: 150€

*Anmeldungen bitte über Email oder Tel.*

*ajara.ayurveda@naturheilzentrum-hoexter.de*

*Tel: 05275/211 9840 (Rechtzeitige Anmeldungen sichern den Platz!)*

#### **Kurs 3 - YOGA für Stabilität und Balance**

**Frühlingskurse 2026**

Beginn: 17.04.26- 26.06.26 10 Einheiten a 90 Min.

Tag/ Uhrzeit: Freitag/ 17:00- 18:30

Beginn: 15.04.26- 17.06.26 10 Einheiten a 90 Min.

Tag/ Uhrzeit: Mittwoch/ 9:00- 10:30 Uhr Kosten: 150€

