



Intensivworkshop

Yoga pur mit Betty Schätzchen

Yoga-Wochenende 12. - 14. Juni 2026 in Dresden (inkl. 4 online-Terminen)

Du erfährst viel über: Was ist Yoga eigentlich? Woher kommt Yoga? Welche Bedeutung hat es? Im praktischen Teil stehen verschiedene Yoga-Stile, Atemtechniken (Pranayama), Meditation und bewusste Körperarbeit im Fokus.

Ablauf des Workshops:

Freitag (16-19 Uhr): Kennenlernen, leichte Yoga-Einheit

Samstag (10-16 Uhr): Yoga, Stressbewältigung/Achtsamkeit

Sonntag (10-16 Uhr): mehr Yoga, Feedbackrunde

Im Anschluss an das Yoga-Wochenende finden

4 online-Yogatermine statt (jeweils 19-20 Uhr):

16.06., 18.06., 30.06. und 02.07.



Ort:

Yoga-Studio „golden yoga“ - Obergraben 2, 01097 Dresden (an der Hauptstraße)

Teilnehmerbeitrag für das Yoga-Wochenende (inkl. 4 online-Termine):

Mitglieder 80 € / Nichtmitglieder 95 €

(Mittagessen allein oder in der Gruppe in der Umgebung - Selbstzahler)

Wer ist Betty Schätzchen?

Betty Schätzchen (sh, DGS-kompetent) aus Berlin ist freiberuflich und selbständig als Yogalehrerin und Heilpraktikerin tätig. Sie leitet Yoga-Workshops für gehörlose Menschen in Gebärdensprache an.



Gefördert von:

DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.

Anmeldung Intensivworkshop „Yoga pur mit Betty Schätzchen“

Vor- und Nachname:

E-Mail (Fax):

(verbindliche Anmeldung bis 21.05.2026 -> anmeldung@deaf-sachsen.de oder Fax 0351/803 07 72)

Die **Zahlung** der Kursgebühr erfolgt nach schriftlicher Anmeldebestätigung mit Nennung Verwendungszweck **per Überweisung!**