



GESUNDHEITZENTRUM  
APOTHEKE WILLISAU



# Yoga bei Krebserkrankungen

**Bewegung und vorab Entspannung sind zwei wichtige Ressourcen, welche die Lebensqualität von Krebserkrankten verbessern können. Ein Vorteil von Yoga ist, dass es sanfte Bewegungen und Entspannung miteinander kombiniert. Die Stunde ist ganz auf Ihre Bedürfnisse angepasst. Die Anzahl der Teilnehmenden ist auf sechs Personen beschränkt.**

Schauen Sie bei uns für eine gratis Probelektion herein.

Weitere Informationen zur Methode: [www.padayam.ch](http://www.padayam.ch)

**Daniela Ottiger** • dipl. Yogalehrerin YS Yogatherapeutin IIH  
Birkenweg 6 6147 Altbüren Tel. 077 438 06 00 [daniela@padayam.ch](mailto:daniela@padayam.ch)

**Freitag, 18.00 - 19.00 Uhr**

**Kosten: CHF 25.-  
Pro Lektion zahlbar**

**Einstieg jederzeit möglich**

#### **Kursort**

Gesundheitszentrum Apotheke  
6130 Willisau

#### **Auskunft und Anmeldung**

Telefon 077 / 438 06 00

E-mail [daniela@padayam.ch](mailto:daniela@padayam.ch)

[www.padayam.ch](http://www.padayam.ch)