



# Yogatherapie Sommer - Retreat

Yogatherapie ist ein ganzheitliches Konzept, das traditionelle Yoga-Elemente mit wissenschaftlicher Achtsamkeits- und Stressforschung verbindet. Sie stärkt Körper, Geist und Seele – und aktiviert unsere Selbstheilungskräfte.

Durch die Kombination von Atemtechniken, Meditation und Yoga-Asanas verbessern wir unsere Körperwahrnehmung, lösen innere Spannungen und lernen, mit intensiven Emotionen bewusst und achtsam umzugehen. Die Verbindung von körperlicher, emotionaler und spiritueller Ebene schafft einen inneren Raum der Begegnung – liebevoll, annehmend und achtsam.

*Yogatherapie unterstützt Sie zu  
mehr Gelassenheit und innerer  
Ruhe*

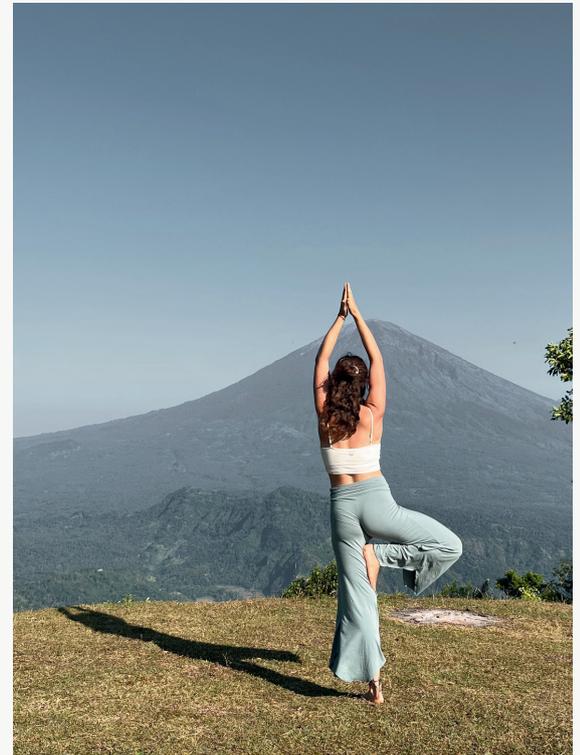
---

31 Juli - 06. August 2025  
Seminarraum 1. OG Praxis Dr. Karner

---

weitere Infos unter:

[www.doktorkarner.de](http://www.doktorkarner.de)



Mit Psychologin  
&  
Yogatherapeutin  
Sunny Karner



## Anmeldung Yogatherapie

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Programm: „**Yogatherapie Sommer-Retreat**“ an.

Das Programm beinhaltet:

- Ärztliches Vorgespräch
- intensiver Einstieg in die Yogatherapie mit Theorie und Praxis (medizinische und therapeutische Hintergründe, Meditation, Atemübungen und Yoga Posen)
- Individuelle Betreuung und Adjustment
- Gemeinsames Miteinander in der Gruppe & Raum für Begegnung
- Arbeitsmaterialien zum praktizieren Zuhause

Termine:

Donnerstag,	31.07.	17:30 – 19:30 Uhr	Ankommen & Eintauchen
Sonntag,	03.08.	09:00 – 13:00 Uhr	Theorie & Praxis intensiv
Montag,	04.08.	17:30 – 19:30 Uhr	Restore and Reset
Mittwoch,	06.08.	17:30 – 19:30 Uhr	Slow Flow, Abschluss & Ausblick

Kursleitung: Dr. med. Brigitte Karner, Sunniva Karner (M.Sc.  
Psychologie, Yogatherapeutin)

Kursort: Seminarraum 1. OG Praxis Dr. Karner

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Kurs an.

Name: \_\_\_\_\_  
Anschrift: \_\_\_\_\_  
Telefon: \_\_\_\_\_  
Email: \_\_\_\_\_



Der Yogatherapiekurs wird von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen.  
Für Arbeitsmaterialien & Sachkosten wird eine Pauschale von 35€ verrechnet.  
Für alle Teile des Programmes, soweit sie nicht Leistung der gesetzlichen Krankenkasse sind, erhalten Sie eine Rechnung nach Maßgabe der GOÄ.

Datum

Unterschrift

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_