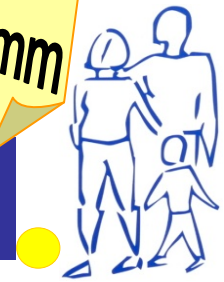


Luisenhospital Aachen

Evangelischer Krankenhausverein zu Aachen von 1867

Programm



Tag der offenen Tür am 26. Oktober 2014 Gesundheitszentrum TREFFPUNKT LUISE

Beginn/ Uhrzeit	Thema	Raum	Dozent/in
11.00	Yoga für Anfänger - über die Körperwahrnehmung und Achtsamkeit bei sich ankommen	Ärztehaus Forum Luise	Eva Kinzius
11.00	Körper- und Bewegungsspiele	Bewegungsraum I Luisenhospital	Gisela Bexter und Simone Schmadalla
11.00	Babymassage	Bewegungsraum II Luisenhospital	Dagmar Kirsten
11.00	Qi Gong	Ärztehaus Bewegungsraum I	Birgit Müller
11.00	Pilates	Ärztehaus Bewegungsraum I	Iris Frühling
11.30	Körper- und Bewegungsspiele	Bewegungsraum I Luisenhospital	Gisela Bexter und Simone Schmadalla
11.30	Babymassage	Bewegungsraum II Luisenhospital	Dagmar Kirsten
11.30	Qi Gong	Ärztehaus Bewegungsraum I	Birgit Müller
11.30	Pilates	Ärztehaus Bewegungsraum I	Iris Frühling
11.35	Beckenbodentraining	Ärztehaus Forum Luise	Daniela Prinz
12.00	Atem Kraftquelle des Lebens	Ärztehaus Bewegungsraum II	Doris Leuchtenberger
12.00	Körper- und Bewegungsspiele	Bewegungsraum I Luisenhospital	Gisela Bexter und Simone Schmadalla
12.00	Babymassage	Bewegungsraum II Luisenhospital	Dagmar Kirsten
12.05	Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen (PMR)	Ärztehaus Bewegungsraum I	Jürgen Gaida
12.10	Zumba - Fitness	Ärztehaus Forum Luise	Manuel Spielmann
12.30	Körper- und Bewegungsspiele	Bewegungsraum I Luisenhospital	Gisela Bexter und Simone Schmadalla
12.30	Yoga der Präsenz	Ärztehaus Bewegungsraum II	Doris Leuchtenberger
12.50	Zumba - Gold	Ärztehaus Forum Luise	Manuel Spielmann
13.00	Körper- und Bewegungsspiele	Bewegungsraum I Luisenhospital	Gisela Bexter und Simone Schmadalla
13.00	Wirbelsäule in Balance mit Yogaelementen	Ärztehaus Bewegungsraum I	Rebecca Aminatey
13.00	Stimm- und Sprechtraining	Ärztehaus Bewegungsraum I	Merit Schneider
13.30	Wirbelsäulengymnastik - Fit mit Wirbelsäule in Balance	Ärztehaus Bewegungsraum I	Rebecca Aminatey
13.30	Yoga und Klang	Ärztehaus Bewegungsraum II	Birgit Gunkel
14.00	Pilates	Ärztehaus Bewegungsraum I	Keara Lindert-Knöppel
14.00	Feldenkrais Methode - Bewusstheit durch Bewegung	Ärztehaus Bewegungsraum II	Sylvia Wolf
14.00	Zumba - Fitness	Ärztehaus Forum Luise	Aline Kargetta

Beginn/ Uhrzeit	Thema	Raum	Dozent/in
14.00	Gemeinsam durch das erste Lebensjahr für ein gelingendes Familienleben	Bewegungsraum II Luisenhospital	Gitte Reiners
14.30	Yoga - Basic	Ärztehaus Bewegungsraum I	Keara Lindert-Knöppel
14.30	Wirbelsäulengymnastik	Bewegungsraum II Luisenhospital	Rebecca Aminatey
14.30	Info zum Seminar Paarmassage	Ärztehaus Forum Luise	Hannelore Jeglorz
14.40	Gemeinsam durch das erste Lebensjahr für ein gelingendes Familienleben	Bewegungsraum II Luisenhospital	Gitte Reiners
15.00	AROHA	Ärztehaus Bewegungsraum I	Gerda Meuter-Donay
15.00	Zumba - Fitness	Ärztehaus Bewegungsraum II	Raluca Moreau
15.00	Musikgarten	Bewegungsraum I Luisenhospital	Stefanie Schankweiler
15.00	Einführung in das Thema Achtsamkeit: Achtsames Innehalten / Achtsame Körperwahrnehmung	Ärztehaus Forum Luise	Roswitha Rösch
15.30	AROHA	Ärztehaus Bewegungsraum I	Gerda Meuter-Donay
15.30	Zumba	Ärztehaus Bewegungsraum II	Raluca Moreau
15.30	Musikgarten	Bewegungsraum I Luisenhospital	Stefanie Schankweiler
15.35	Einführung in das Thema Achtsamkeit: Sitzmeditation / Gehmeditation	Ärztehaus Forum Luise	Roswitha Rösch
16.00	Klang und Fantasiereise	Ärztehaus Bewegungsraum I	Ursula Maschke
16.00	Musikgarten	Bewegungsraum I Luisenhospital	Stefanie Schankweiler
16.10	Autogenes Training	Ärztehaus Bewegungsraum II	Hildegard Etzbach
16.30	Musikgarten	Bewegungsraum I Luisenhospital	Stefanie Schankweiler
16.30	Einführung in das Thema Achtsamkeit: Timeout statt Burnout - Achtsamkeit im Arbeitsalltag	Ärztehaus Forum Luise	Roswitha Rösch
16.30	Hockergymnastik für Senioren	Ärztehaus Bewegungsraum II	Hildegard Etzbach
12.00 bis 14.00	Infostand: Ambulanz für Schreibabys „Haltgebende Eltern-Säugling-Begleitung!“	Foyer Luisenhospital	Dagmar Kirsten
11.00 bis 17.00	Infostand zum Thema Kinderschlaf, Buchvorstellung: "Das neue Ein- und Durchschlaf-Buch"	Foyer Luisenhospital	Dipl.-Soz.-Päd. Petra Weidemann Böker
11.00 bis 17.00	"Die Grüne Kiste" Bio-Lieferservice	Foyer Luisenhospital	

via
Integration gGmbH



Von 11-17 Uhr empfangen wir Sie gerne im Foyer des
Luisenhospitals und sind für Ihre Fragen und Wünsche da!