

# Ärztliches Attest

Name: \_\_\_\_\_ geb. am: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Frau / Herr \_\_\_\_\_ ist seit \_\_\_\_\_ in meiner hausärztlichen Behandlung

Zur Förderung und Erhalt des gesundheitlichen Wohlbefindens empfiehlt es sich, einmal wöchentlich einen Präventionskurs zum Erlernen von Entspannungsübungen, Atemtechniken sowie Techniken zur Rückenschule zu besuchen.

Beide Techniken sollten kontinuierlich angewendet und geübt werden, um Überlastungsreaktionen und damit einhergehende Schmerzen zu vermeiden. Die berufliche und private Leistungsfähigkeit kann so erhalten bleiben.

Aus meiner Sicht sollte Frau/Herr \_\_\_\_\_ auch während der aktuellen Sars-CoV-2 Pandemie unter Beachtung der entsprechenden Hygieneregeln einen Yoga-Präventionskurs besuchen können.

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_ Stempel: