



*Vitaler in Charlottenburg*

## *In Charlottenburg...*

*...lässt es sich gut leben. Hier gibt es gewachsene und bewährte Strukturen, weit weg von der Hektik anderer Stadtbezirke. Deshalb haben wir das Netzwerk „Vitaler in Charlottenburg“ gegründet, in dem sich handverlesene kleine Unternehmen zusammenfinden, die sich in besonderer Weise um das körperliche und geistige Wohlbefinden der Charlottenburger kümmern. Unsere Angebote sind gelebte Überzeugung. Bewusst, aufgeschlossen und mit einem Sinn für die schönsten Seiten des Lebens.*



*Vitaler in Charlottenburg*

[www.vitaler-in-charlottenburg.de](http://www.vitaler-in-charlottenburg.de)



# Yoga



**PRAXIS CZECH UND DATT**



## **Neue Kraft - Mehr Energie – eine strahlende Gesundheit**

Erleben Sie kraftvolle Yogastunden, moderne Physiotherapie und wohltuende Massagen. Der Mensch, seine Gesundheit und sein Wohlbefinden stehen im Mittelpunkt unserer breit gefächerten Angebote.

### **Yoga – von Herz zu Herz**

Täglich Sivananda Yogastunden (klassisches Hatha Yoga), Power-Yoga, Yoga-Anfängerkurse (Krankenkassen-gefördert), Kinder-Yoga, Schwangeren-Yoga, Mutter & Kind-Yoga, Yogalehrer-Ausbildungen, Yoga in english, Yoga & Osteopathie für Bewegungsanfänger, Yoga-Retreats, Indienreisen, Yoga-Shop, Organisation des großen Berliner Yogafestivals.

### **Bei uns liegen Sie richtig! Praxis Czech und Datt**

Renate Czech, Stefan Datt und ihr sympathisches Team aus Physiotherapeuten und Heilpraktikern bieten Ihnen in der Charlottenburger Filiale Weimarer Strasse klassische und moderne physiotherapeutische Behandlungen für alle Kassen, privat und im Hausbesuch. Effektive und gründliche Osteopathie-Behandlungen, bewährte und avantgardistische Naturheilkunde und feinste Wellness Massagen zu fairen Preisen in atmosphärisch entspannenden Räumen schließen den Bogen zu ganzheitlichem Wohlbefinden.

**LERNEN IN BEWEGUNG E.V.**

**PHYSIOTHERAPIE-PRAXIS RENATE CZECH UND STEFAN DATT**

WEIMARER STR. 29 · 10625 BERLIN

WWW.PRAXIS-CZECH-DATT.DE · WWW.YOGA-BERLIN.DE

YOGA: 030-38 10 80 93 · PRAXIS: 030 - 494 30 04



## **Bewegen – Entspannen – Durchatmen**

Uns gibt es 26 Mal in Deutschland.  
Und nur einmal in Berlin.

Das ganzheitliche Vitalisierungsprogramm mit Patent.

# VitalitätsOase®



tri-dent® VitalitätsOase® GmbH  
Knesebeckstraße 3 · 10623 Berlin

Tel.: (030) 60 50 04 33 · Fax: (030) 60 50 04 35  
E-Mail: [mail@tri-dent.de](mailto:mail@tri-dent.de) · [www.tri-dent.eu](http://www.tri-dent.eu)



# Alles rund um Yoga Kleidung · Kissen · Kurse

Endlich eine passende Yogahose finden -  
dieser Wunsch wird im **yoga108** erfüllt!

Eine vielfältige Auswahl an qualitativ hochwertiger  
Yoga-Markenkleidung erwartet Sie!

Kommen Sie und lassen Sie sich bei der Auswahl Ihrer  
Yogamatte und dem für Sie passenden Meditations-  
kissen fachkundig beraten.

Ein qualifiziertes Team aus Yogalehrerinnen, die auch in der  
Yoga-Schule die Kurse für Sie leiten, führt Sie durch das  
umfangreiche Yoga-Angebot:

Yogamatten & Meditationskissen,  
Yoga-Gurte & -Blöcke, Fachbücher & CDs,  
wohlriechende Chakrakerzen.

yoga108

yoga108

Behaimstr. 10 · 10585 Berlin  
U7 Richard-Wagner-Platz  
Di. - Fr. 11 - 19 Uhr · Sa. 11 - 16 Uhr  
Tel. 030 - 34 09 28 68  
[www.yoga108.de](http://www.yoga108.de)

Happy Qi - let it flow!



***Feng Shui als Akupunktur für Räume !***

Lassen Sie sich von Ihrem Umfeld unterstützen und stärken, zu Hause und im Business.

Feng Shui auch für Ihr Baby!  
Der erste Platz im Leben.



Feng Shui schafft Grundlagen für harmonische Lebensräume , erfüllte Partnerschaft und Gesundheit sowie für ein erfolgreiches Arbeits- und Geschäftsleben.

Zur richtigen Zeit am richtigen Ort das Richtige tun.

Ich begleite Sie gerne mit klassischem Feng Shui, neuen Ideen und CQM (Chinesische Quantum Methode) bei Ihrem Wunsch nach Veränderung!

**Maja Niebecker**

*Feng Shui Beratung & mehr*

Mommsenstr. 51 • 10629 Berlin  
Fon: 030 501 89 258 • info@mashui.de • www.mashui.de



Wie sagte Oscar Wilde so schön: „*Ich habe einen ganz einfachen Geschmack: Ich bin immer mit dem Besten zufrieden.*“ Das könnte auch die Maxime unseres Restaurants sein. Deshalb bietet das ELYSANDER sämtliche Speisen und Getränke in zertifizierter Bio-Qualität.

Darüber hinaus wird hier ausschließlich natürliches Salz ohne Jod oder Fluor verwendet, keine Mikrowelle eingesetzt und – wohl einzigartig in Berlin - neben diversen Mineralwässern sogar levitiertes Wasser angeboten.

Die Karte setzt ihren Schwerpunkt auf gehobene deutsche Küche und enthält nicht nur Fleischgerichte sondern auch zahlreiche vegetarische Speisen. Außerdem offeriert die Wochenkarte ständig wechselnde Menüs, die zumeist unter dem Motto saisonal und regional stehen. Berühmt ist das ELYSANDER auch für seine exzellente Weinkarte.

Die Zeitschrift „essen & trinken“ beispielsweise urteilt in ihrer Ausgabe 6/08: „*Restaurants in Berlin, in denen ausschließlich Bioprodukte auf den Tisch kommen, lassen sich noch an einer Hand abzählen. Das neu eröffnete Elysander hat sich unter ihnen an die Spitze gesetzt.*“



Wir verarbeiten ausschließlich biologische Lebensmittel und verwenden natürliche Salze ohne Zusatz von Jod oder Fluor. Eine Mikrowelle kommt bei uns nicht zum Einsatz. Wir werden kontrolliert und zertifiziert durch die Kontrollstelle DE 043.

**Öffnungszeiten: Di. – So. ab 17 Uhr**

**(bald auch wieder Mittagstisch)**

**Vorbestellung wird empfohlen!**

**ELYSANDER**  
DAS BIO RESTAURANT

**Leibnizstr. 45 (Ecke Mommsenstraße) · 10629 Berlin**

**Tel.: 0049 30 92219775 · restaurant@elysander.de · www.elysander.de**



# Vitaler in Charlottenburg

[www.vitaler-in-charlottenburg.de](http://www.vitaler-in-charlottenburg.de)

## **Empfehlenswert:**

*„Wie vital sind Sie heute, wie vital möchten Sie morgen sein? Um Ihre Vitalität in einem angenehmen und kraftvollen Ambiente zu steigern, besuchen Sie ein Probetraining in der tri-dent® VitalitätsOase® in der Knesebeckstraße. Sie werden dort freundschaftlich empfangen und von den besten Vitalitätstrainern individuell betreut. Eine Perle in Charlottenburg.“*

Stefan Datt, Praxis Czech & Datt, Lernen in Bewegung e.V.

*„Im Elysander werden nicht nur die Geschmacksnerven auf das Vorzüglichste verwöhnt, auch das Auge weidet sich an Schöner ringsum - und dann das gute Gefühl, etwas Vitales genossen zu haben – einfach perfekt!“*

Monika Sladkowski, Yoga108

*„Seit 5 Jahren gehe ich zum Yoga zu Lernen in Bewegung in der Weimarer Straße. Ich bin immer wieder begeistert über die Leichtigkeit und Frische, mit der Stefan Datt das lebt, was er uns vermittelt!“*

Maja Niebecker, MaShui

*„Für Ihr Wohlgefühl und Ihre Ausstattung empfehlen wir Ihnen das Beste. In sanfter Biobaumwolle, geschmeidig und komfortabel gestylt, sind Sie rundherum perfekt gekleidet und gut vorbereitet für Ihre aktive Bewegungszeit. Sie sind mit Ihren Outfitwünschen bei Yoga108 und fachfraulich bei Frau Monika Sladkowski bestens beraten. Da ist schon der Blick in den Spiegel eine Wohltat. Lassen Sie sich inspirieren!“*

Dorothea Cornelius, tri-dent® VitalitätsOase®

*„Je näher man an Materie herangeht, desto mehr zeigt sich: Alles ist Energie. Maja Niebecker bringt mit Hilfe von Feng Shui diese Energie zum fließen und in die richtigen Bahnen. Bei mir hat es tatsächlich funktioniert. Danke, Maja.“*

Karsten Sander, Restaurant Elysander

Anzeige:



# DAK

## Unternehmen Leben

**Gesund leben. Doppelt profitieren.**

**DAK<sub>pro</sub>Balance**

Sie kümmern sich um Ihre Gesundheit,  
wir belohnen Sie dafür.

Rufen Sie mich an, ich berate Sie gerne  
und errechne Ihnen Ihren individuellen Tarif.

**Carsten Kienitz**  
Bezirksleiter

Tel.: 030-21481471 · Mobil : 0172-4043381

Fax : 0180-329325435049

E-Mail : [carsten.kienitz@dak.de](mailto:carsten.kienitz@dak.de)





# Vitaler in Charlottenburg

[www.vitaler-in-charlottenburg.de](http://www.vitaler-in-charlottenburg.de)

## Yoga

**CHARLOTTENBURG**

**LERNEN IN BEWEGUNG E.V.**  
[WWW.YOGA-BERLIN.DE](http://WWW.YOGA-BERLIN.DE)  
TEL: 030-38 10 80 93



**Alles rund um Yoga**  
*Kleidung · Kissen · Kurse*

Behaimstr. 10 · 10585 Berlin  
U7 Richard-Wagner-Platz  
Tel. 030 - 34 09 28 68  
[www.yoga108.de](http://www.yoga108.de)

## VitalitätsOase®



tri-dent® VitalitätsOase®  
Knesebeckstr. 3 · 10623 Berlin

Tel.: (030) 60 50 04 33  
Fax: (030) 60 50 04 35  
E-Mail: [mail@tri-dent.de](mailto:mail@tri-dent.de)  
[www.tri-dent.eu](http://www.tri-dent.eu)



**PRAXIS CZECH UND DATT**

**PHYSIOTHERAPIE-PRAXIS**  
**RENATE CZECH UND STEFAN DATT**  
[WWW.PRAXIS-CZECH-DATT.DE](http://WWW.PRAXIS-CZECH-DATT.DE)  
TEL: 030 - 494 30 04

## ELYSANDER

DAS BIO RESTAURANT

Leibnizstr. 45 · 10629 Berlin  
Tel.: 0049 30 92219775  
[restaurant@elysander.de](mailto:restaurant@elysander.de)  
[www.elysander.de](http://www.elysander.de)  
Di. - So. ab 17 Uhr

## MaShui

**Maja Niebecker**

*Feng Shui Beratung & mehr*

Mommsenstr. 51 · 10629 Berlin  
Fon: 030 501 89 258 · [info@mashui.de](mailto:info@mashui.de)  
[www.mashui.de](http://www.mashui.de)