

Kursspecials 2018

im Rückenfitness-Zentrum

Feldenkrais

10.02.2018 14-17 Uhr mit Gaia Gabriela Hofmann

Shibashi Qi Gong:

Mit 18 Figuren der Harmonie aktiv gegen Stress

18.03.2018 14:30-17:30 Uhr mit Andrea Prexl

Happy Feet:

Faszienfitness für geschmeidige Füße

29.04.2018 14:30-17:30 Uhr mit Andrea Prexl

Männer-Yoga

Sonnengruß für JederMann

Aktive Meditation:

Achtsame Bewegung und Affirmationen

26.08.2018 14:30-17:30 Uhr mit Andrea Prexl

Qi Yoga:

Harmonisierung des Qi

25.11.2018 14:30-17:30 Uhr mit Andrea Prexl

Nähere Informationen zu den einzelnen Kursen werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Anmeldung am Tresen.

Mitglieder mit Kursbuchung 15€, Mitglieder mit Gerätebuchung 25€, Nichtmitglieder 35€