

### Offene Gruppen – bitte mit Anmeldung

Telefon

#### Montag

11:00 - 12:30	<b>Lebensgestaltung durch KunstTherapie</b> , Preis n.Abspr. <b>BA</b>	Raphaella Pütz-Kecskemethy	0175-874 6665
18:00 - 19:30	<b>Gewaltfreie Kommunikation</b> , Übungsgr., € 15,-   19.4. <i>online</i>	Margot Festinori	0176-834 93 752

#### Dienstag

10:30 - 12:00	<b>Autobiografisches Schreiben</b> , € 25,- – <i>jd. 1. + 3. Di.</i>	Renate Graßbat	0174-88 666 44
11:30 - 13:00	<b>Meditative Arbeit</b> n. Danis Bois, € 16,-   <i>entfällt zurzeit</i>	Karin Klepsch	0151-1944 6746
17:30 - 19:00	<b>Yogatherapie für Stille ...</b> € 55,- mtl.   <b>KK</b>   <i>online</i>	Andrea Lenser	78 89 75 76
18:00 - 20:00	<b>Yoga für Schwangere</b> , € 120,-/ 8 x   <b>KK BA</b>   <i>online</i>	Melanie Sierra Lingemann,	0176-622 044 74
19:00 - 22:00	<b>Familienaufstellungen</b> – off.Ab., € 10,-   Aufst. 90,- – 13.4.	A. Kaiser/Ch. Bennewitz	0152-0181 7269
19:00 - 22:00	<b>Systemaufstellungen</b> – off.Ab., € 25,-   Aufst. 60,- – 20.4.	Amanda Groschke	0176-622 43 557
19:10 - 20:25	<b>Feldenkrais</b> – Bewusstheit durch Bewegung   <i>online</i>	Dragana Cukavac	612 13 73
20:00 - 22:00	<b>Familienaufstellungen</b> , € 12,-   Aufst. 52,- – 20.4.	Ramoda Austermann	69 81 80 71

#### Mittwoch

10:00 - 11:30	<b>Full Presence Meditation</b> , € 12,-   <i>online</i>	Karin Klepsch	0151-1944 6746
18:00 - 19:30	<b>HeilYoga für Frauen</b> , € 15,-   130,-/10x <b>BA</b>   <i>einzel + online</i>	Sirkka Wittke	0162-365 13 91
18:30 - 20:00	<b>Hatha-Yoga</b> , € 120,-/ 8 x   <b>KK BAI</b>   <i>online</i>	Melanie Sierra Lingemann,	0176-622 044 74
19:30 - 20:30	<b>Baum-Meditation</b> , mtl., € 10,-. <b>BA</b>   14.4.	Birgitt Paulus	28 83 39 25
20:10 - 21:40	<b>Hatha-Yoga</b> , € 120,-/ 8 x   <b>KK BA</b>   <i>online</i>	Melanie Sierra Lingemann,	0176-622 044 74

#### Donnerstag

18:15 - 19:45	<b>Luna Yoga®</b> , € 15,-   € 150,-/ 12 x   <b>BAI</b> <i>hybrid</i>	Katharina Geipel	0173-977 52 61
20:00 - 21:30	<b>Luna Yoga®</b> , € 15,-   € 150,-/ 12 x   <b>BAI</b> <i>hybrid</i>	Katharina Geipel	0173-977 52 61
20:00 - 21:30	<b>Yogatherapie für Stille ...</b> € 55,- mtl.   <b>KK</b>   <i>online</i>	Andrea Lenser	78 89 75 76

#### Freitag

16:30 - 17:45	<b>Nackt-Yoga</b> vom Familiensportverein, € 8,-   <b>BA</b>	FSV Adolf Koch e.V.	yoga@adolf-koch.de
18:30 - 21:30	<b>Offener Aufstellungsabend</b> , € 15,-   Aufstell. 90,- – 16.+30.4.	Susanne Schlenzig	549 078 79
19:00 - 20:00	<b>Holographic Kinetics</b> – Info-Abend, <i>jd. 2. Fr./M.</i> , € 10,-   <b>BA</b>	Annegret Torspecken	0162-7132 966
19:00 - 21:00	<b>Resilienztraining für Männer</b> – <i>jd. 1. + 3. Fr./M.</i> , € 12,-   40,-/5x   <b>BA</b>	Marc Rainer Backs	0176-4444 6280
19:00 - 21:00	<b>Holotroper Atemkreis: Herz, Vision u. Ziel</b> – 2.+ 4. Fr./M., € 12,-   40,-/5x   <b>BA</b>	Marc Backs	0176-4444 6280

Jederzeitiger Einstieg in Absprache mit der Kursleitung möglich!

Jedoch: **BA** = bitte anmelden! **KK** = Präventionskurs, Zuschuss durch Krankenkassen

