

Offene Gruppen – bitte mit Anmeldung

Telefon

Montag

11:00 - 12:30	Lebensgestaltung durch KunstTherapie , Preis n.Absprache	Raphaela Pütz-Kecskemethy	0175-874 6665
18:00 - 19:30	Gewaltfreie Kommunikation , Übungsgruppe, € 15,- 15.2.	Margot Festinori	0176-834 93 752

Dienstag

10:30 - 12:00	Autobiografisches Schreiben , € 25,- – <i>jd. 1. + 3. Di.</i>	Renate Graßtat	0174-88 666 44
11:30 - 13:00	Meditative Arbeit n. Danis Bois, € 16,- BA	Karin Klepsch	0151-1944 6746
17:30 - 19:00	Yogatherapie für Stille und Bewusstsein , € 55,- mtl. KK	Andrea Lenser	78 89 75 76
18:00 - 20:00	Yoga für Schwangere , € 120,-/ 8 x KK BA	Melanie Sierra Lingemann,	0176-622 044 74
19:00 - 22:00	Familienaufstellungen – off.Ab., € 10,- Aufst. 90,- – 12.1.	Andreas Kaiser	0152-0181 7269
19:00 - 22:00	Systemaufstellungen – off.Ab., € 25,- Aufst. 60,- – 5.1.	Amanda Groschke	0176-622 43 557
19:10 - 20:25	Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung <i>online</i>	Dragana Cukavac	612 13 73
20:00 - 22:00	Familienaufstellungen , € 12,- Aufst. 52,- – 12.1.	Ramoda Austermann	69 81 80 71

Mittwoch

8:00 - 9:00	Gestische Bewegung – Fortg., € 10,-, anschl. Medit.	Karin Klepsch	0151-1944 6746
18:00 - 19:30	HeilYoga für Frauen , € 15,- 130,-/10x BA einzeln	Sirkka Wittke	0162-365 13 91
18:30 - 20:00	Hatha-Yoga , € 120,-/ 8 x KK BA	Melanie Sierra Lingemann,	0176-622 044 74
19:30 - 20:30	Chakren-Meditation , mtl., € 10,-. BA 13.1.	Birgitt Paulus	28 83 39 25
20:10 - 21:40	Hatha-Yoga , € 120,-/ 8 x KK BA	Melanie Sierra Lingemann,	0176-622 044 74

Donnerstag

18:15 - 19:45	Luna Yoga® , € 15,- € 150,-/ 12 x BAI hybrid , ab 14.1.	Katharina Geipel	0173-977 52 61
20:00 - 21:30	Luna Yoga® , € 15,- € 150,-/ 12 x BAI hybrid , ab 14.1.	Katharina Geipel	0173-977 52 61
20:00 - 21:30	Yogatherapie für Stille und Bewusstsein , € 55,- mtl. KK	Andrea Lenser	78 89 75 76

Freitag

16:30 - 17:45	Nackt-Yoga vom Familiensportverein, € 8,- BA	FSV Adolf Koch e.V.	yoga@adolf-koch.de
18:30 - 21:30	Offener Aufstellungsabend , € 15,- Aufstell. 90,- – 8. + 22.1.	Susanne Schlenzig	549 078 79
19:00 - 20:00	Holographic Kinetics – Info-Abend, <i>jd. 2. Fr./M.</i> , € 10,- BA	Annegret Torspecken	0162-7132 966
19:00 - 21:00	Resilienztrainig für Männer – <i>jd. 1. + 3. Fr./M.</i> , € 12,- 40,-/5x BA	Marc Rainer Backs	0176-4444 6280
19:00 - 21:00	Holotroper Atemkreis: Herz, Vision u. Ziel , – 2.+4. Fr./M., € 12,- 40,-/5x BA	Marc Backs	0176-4444 6280
20:00 - 22:00	Meditativer Erfahrungsraum – Zwischentöne, € 15,- – 22.1.	Jan Orłowski	0178-458 1007

Jederzeitiger Einstieg in Absprache mit der Kursleitung möglich!

Jedoch: **BA** = bitte anmelden!

KK = Präventionskurs, Zuschuss durch Krankenkassen

