



Kursprogramm Januar – März 2023

Start-datum	Alle Kurse finden in Alsbach oder online statt	Format	Dauer in Min.	Uhrzeit	KursleiterIn	Preis
Januar 2023						
Mo., 02.01.	F* 12teilige –Form	H	10 x 60	19:00 – 20:00	Marita Oriolo	150,--
Mo., 09.01.	F* 8 Brokate Übungskurs	Z	8 x 60	19:00 – 20:00	Dr. Martina Domeyer	125,--
Di., 10.01.	A* Lungen Qi - Gong	H	8 x 60	10:00 – 11:00	Christel Bauer	125,--
Di., 10.01.	F* Fliegender Kranich	Z	8 x 75	18:30 – 19:45	Marita Oriolo	150,--
Mi., 11.01.	A* Achtsamkeit im Alltag	Z	8 x 60	19:00 – 20:00	Caterina Oriolo	125,--
Do., 12.01.	A* Qi Gong für das Immunsystem	Z	8 x 75	18:30 – 19:45	Marita Oriolo	150,--
Do., 12.01.	A* 18 Bewegungen Anfänger	P	8 x 60	19:00 – 20:00	Tanja Blum	125,--
Februar 2023						
Mi., 01.02.	A* 15-teilige Form	P	8 x 10	19:00 – 20:00	Dr. Michael Koepe	150,--
Di., 07.02.	A* 8 Brokate	H	8 x 60	19:00 – 20:00	Dr. Lilia Heider	125,--
Mi., 08.02.	F* 18 Bewegungen Übungskurs	Z	8 x 60	19:00 – 20:00	Klaus Becker	125,--
März 2023						
Mo., 06.03.	A* 18 Bewegungen Anfänger	Z	8 x 60	19:00 – 20:00	Dr. Martina Domeyer	125,--
Do., 09.03.	A* Herz-Qi Gong	H	8 x 60	19:00 – 20:00	Eva Holmes	125,--

Die mit * gekennzeichneten Kurse/Seminare werden von den gesetzlichen Krankenkassen zwischen 75 und 100% bezuschusst werden. Das **A** steht für Anfänger-Level, das **F** für Fortgeschrittenen-Level.

H = Hybrid; man kann sich entscheiden, ob man live in Alsbach oder von zu Hause aus mit Computer teilnimmt
P = Präsenzunterricht; Teilnahme nur live vor Ort in Alsbach, maximal 5 Teilnehmer
Z = Zoom-Kurs; Teilnahme nur von Zuhause aus mit Computer möglich

Alle Präsenz- und Hybridkurse finden in Alsbach, Im Schelmböhl 53 statt.