



Kursprogramm Januar – Februar 2024

Startdatum	Alle Kurse finden in Alsbach oder online statt	Dauer in Min.	Uhrzeit	KursleiterIn	Preis
Januar 2024					
Mi., 03.01.	12teilige-Form Übungskurs (hybrid) F	4 x 60	19:00 – 20:00	Marita Oriolo	65,--
Mo., 08.01.	Leber – Qi Gong (online) A*	8 x 60	19:00 – 20:00	Dr. Martina Domeyer	125,--
Di., 09.01.	18 Bewegungen Übungskurs (hybrid) F*	8 x 60	19:00 – 20:00	Dr. Lilia Heider	125,--
Do., 11.01.	18 Bewegungen Anfänger (live) A*	8 x 60	19:15 – 20:15	Tanja Blum	125,--
Do., 11.01.	Muskel- und Knochen-Qi Gong Übungskurs (hybrid) F	4 x 60	18:00 – 19:00	Eva Holmes	65,--
Mi., 17.01.	Tai Chi Übungskurs (live in externen Räumen) F*	8 x 60	19:00 – 20:00	Klaus Becker	150,--
Do., 18.01.	Achtsamkeit im Alltag (online) A*	8 x 60	19:00 – 20:00	Caterina Bossing	125,--
Februar 2024					
Mi., 07.02.	Qi Gong für das Immunsystem (online) A*	8 x 75	18:30 – 19:45	Marita Oriolo	150,--
Do., 15.02.	Der fliegende Kranich (online) A*	10 x 75	18:30 – 19:45	Marita Oriolo	185,--

Die mit * gekennzeichneten Kurse werden von den gesetzlichen Krankenkassen zwischen 75 und 100% bezuschusst werden. Das A steht für Anfänger-Level, das F für Fortgeschrittenen-Level. **Alle Präsenz- und Hybridkurse finden in Alsbach, Im Schelmböhl 53 statt.**

Seminarprogramm Januar – Februar 2024

Start-datum		For- mat	Dauer	Uhrzeit	KursleiterIn	Preis
Februar 2024						
24./25.02.24	Fang Song Gong-Meditation A*	Live	2 x 4 Std.	Sa. 14 bis 18 Uhr So. 9 bis 13 Uhr	Andreas Hundeck	150,--

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

Die Seminare finden in externen Räumen in Alsbach und Zwingenberg statt.