



Kursprogramm März - April 2024

Startdatum	Alle Kurse finden in Alsbach oder online statt	Dauer in Min.	Uhrzeit	KursleiterIn	Preis
März 2024					
Do., 07.03.	18 Bewegungen Fortgeschrittene live F*	8 x 60	19:00 – 20:00	Tanja Blum	125,--
Mo., 11.03.	Leber – Qi Gong Übungskurs online F*	8 x 60	19:00 – 20:00	Dr. Martina Domeyer	125,--
Mi., 13.03.	Tai Chi Übungskurs live F* indoor: 20.3.-10.4. draußen am Alsbacher Schloss 29.5.-19.6.	8 x 60	19:00 – 20:00	Klaus Becker	125,--
April 2024					
Mo., 08.04.	18 Bewegungen Anfänger hybrid A*	8 x 60	19:00 – 20:00	Marita Oriolo	125,--
Do., 18.04.	Muskel- und Knochen – Qi Gong hybrid A*	8 x 60	18:00 – 19:00	Eva Holmes	125,--
Di., 23.04.	Herz – Qi Gong Übungskurs hybrid F*	8 x 60	19:00 – 20:00	Dr. Lilia Heider	125,--
Fr., 26.04.	Sunriser – Fit in den Tag hybrid A*	8 x 60	10:00 – 11:00	Marita Oriolo	125,--

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 März – April 2024

Start-datum		For- mat	Dauer	Uhrzeit	KursleiterIn	Preis
März 2024						
Sa., 09.03.	18 Bewegungen Wiederholung F*	Live	3 Std.	14:00 – 17:00	Dr. Lilia Heider	65,--
Sa., 20./ So., 21.04.	8 Brokate A*	Live	2 x 4 Std.	Sa. 14:00 – 18:00 und So. 09:00 – 13:00	Kerstin Roth	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.