



VERANSTALTUNG BEWEGUNG & WOHLBEFINDEN

Fit in den Frühling

Es erwartet euch ein ganzheitliches Körpertraining für Jedermann und -frau, bei dem Kondition, Kraftausdauer, Bauch- und Rückenmuskulatur angesprochen werden.

Ort:
Turnsaal Grube, Arzl

Termin:
MI, 03.04.2024 - 05.06.2024,
18:30, (10 UE)

Referent:
Edith Schmitt

Kosten:
€ 80,00

Anmeldeschluss:
27.03.2024



VERANSTALTUNG BEWEGUNG FÜR KINDER

Spiel und Spaß für kleine Yogis

Euch erwartet ein toller Kurs für kleine YOGIS mit Kinderyogalehrerin Tara (Tanja) ohne Begleitperson. Wir verbinden lustige Bewegungsspiele mit Übungen aus dem Kinderyoga (Asanas). Bei jeder Einheit wird außerdem eine Kleinigkeit gebastelt.

Mitzubringen:

Getränk, bequeme Kleidung und falls vorhanden eine Yogamatte

Ort:

Volksschule Wenns, Turnsaal

Referentin:

Tanja Bachnetzer

Kosten:

€ 60,00 inklusive Material!

Kurs 1 für 4 - 6 Jahre

Termin:

FR, 05.04.2024 - 10.05.2024
14:00 bis 14:50, (6 UE)

Kurs 2 für 7 - 10 Jahre

Termin:

FR, 05.04.2024 - 10.05.2024
15:00 bis 15:50, (6 UE)

Anmeldeschluss:

29.03.2024

