

Be Balanced - Fühl dich wohl in deinem Körper

Be Balanced - Fühl dich wohl in deinem Körper mit Yoga und Pilates

Sie trainieren unter fachkundiger Anleitung Ihre aufrechte Körperhaltung, mit Elementen aus Yoga, Pilates und funktioneller Gymnastik unter Einbeziehung der modernen Faszienwissenschaften. Zur Förderung der allgemeinen Regeneration und Stressresilienz endet der Kurs mit einer wohltuenden Entspannungseinheit. Bitte Turnschuhe, Handtuch, Matte und Getränk mitbringen.

Dozent(en):	Kropf, Stefanie
Veranstaltungsort:	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
Veranstaltungstag(e):	Montag
Zeitraum:	Mo. 13.01.2020 - Mo. 22.06.2020
Dauer:	18 Termine
Gebühren:	100,80 €
Mindestteilnehmer:	8
Teilnehmer maximal:	20

Einzeltermine

13.01.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
20.01.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
27.01.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
03.02.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
10.02.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
17.02.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
02.03.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
09.03.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
16.03.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
23.03.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
30.03.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
20.04.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
27.04.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
04.05.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
11.05.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
18.05.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
08.06.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
22.06.2020	18:20 - 19:20 Uhr	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus