

VOLKSHOCHSCHULE KLINGBERG AM SEE E.V.

gegründet 1946



PROGRAMM JANUAR - JULI 2024



Vinyasa Yoga

3.01.2 Di. 23.01.2024, 17:30-19:00 Uhr, Seneka Wichmann
95 Euro 10 Termine

Yin Yoga

3.01.3 Di. 23.01.2024, 19:15-20:30 Uhr, Seneka Wichmann
95 Euro 10 Termine

Hatha Yoga

3.01.4 Mo. 22.01.2024, 08:30-09:45 Uhr, Seneka Wichmann
95 Euro 10 Termine

Yoga und Krebs

3.01.5 Mo. 22.01.2024, 10:15-11:15 Uhr, Seneka Wichmann
95 Euro 10 Termine

Bleiben Sie fit-Gymnastik für 50+

3.02.2a Di. 09.01.2024, 09:00-10:00 Uhr, Heike Stöcker
Physiotherapeutin, Rückenschullehrerin,
0 45 61 - 52 88 333, stoecker333@gmail.com
50 Euro 10 Termine

3.02.2b Di. 09.01.2024, 10:00-11:00 Uhr, Heike Stöcker
50 Euro 10 Termine

Energy Dance® meets Yoga

3.02.3a Do. 04.01.2024, 18:00-19:30 Uhr, Petra Thomanek
Energy Dance® Trainerin, Yogalehrerin,
0 45 04 - 70 75 012, 0170 - 93 19 574,
p.thomanek@outlook.com
40 Euro 4 Termine

3.02.3b Do. 22.02.2024, 18:00-19:30 Uhr, Petra Thomanek
60 Euro 6 Termine, Verlängerung möglich

Pilates für Anfänger:innen

3.02.1a Mo. 15.01.2024, 18:30-19:30 Uhr, Jutta Schönheit
Physiotherapeutin, 0 45 24 - 96 89, j.schoenheit@gmx.net
80 Euro 10 Termine, Verlängerung möglich

Pilates

3.02.1b Mo. 22.01.2024, 17:15-18:15 Uhr, Jutta Schönheit
80 Euro 10 Termine, Verlängerung möglich

Pilates

3.02.1c Mo. 22.01.2024, 19:45-20:45 Uhr, Jutta Schönheit
80 Euro 10 Termine, Verlängerung möglich

Nordic Walking Basic

3.2.4 Fr. 23.02.2024, 15:30-16:30 Uhr, Jutta Schönheit
Physiotherapeutin, 0 45 24 - 96 89, j.schoenheit@gmx.net
Treffpunkt: Seepark Paul Zimmermann, Klingberg
64 Euro 8 Termine

Shiatsu Akupressurmassage erlernen

3.03.1 Mi. 10.01.2024, 10:30-12:00 Uhr, Gabriele Schmeer
zertifizierte Shiatsu-Therapeutin und systemischer Coach
0451 - 29 01 61 69, 0171 - 12 72 727
50 Euro 5 Termine, Verlängerung möglich