



GESUNDHEIT
HARMONIE



MIT YOGA UND
FELDENKRAIS

Yoga für alle, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen wollen sowie meditative Bewegung durch Qi Gong. Mit gezieltem Stressabbau und Entspannungsübungen steigert Du Dein Wohlbefinden und tankst neue Energie für den Alltag.

Die Feldenkraismethode mit Gitti Thöni ist eine körperorientierte Lernmethode, die es dem Erwachsenen ermöglichen soll, mehr über den eigenen Körper und gesunde Bewegungsmuster zu lernen.

Die Kurse finden abwechselnd statt.

ZIELGRUPPE	Erwachsene
TRAINERINNEN	Christine, Gitti
ZEIT	Mittwoch, 20:00 – 21:15
TREFFPUNKT	Neue Mittelschule Clemens Holzmeister Schulhausplatz 5, Landeck
KURSDAUER	04. Oktober 2017 bis Mai 2018
KURSBEITRAG	70,- EUR
KONTAKT	christine.trenkwaldner@turnerschaftlandeck.at 0676 3703202

Unser Partner



PEUGEOT
MOTION & EMOTION

Auto MAYR GmbH
Nesselgarten 418
A-6500 LANDECK
Tel. 05449/6363
office@automayr.at

KURSANMELDUNG

Die Anmeldung zu den Kursen der Turnerschaft Landeck funktioniert ganz einfach:

Per Telefon: 0650 2763552 oder
direkt beim jeweiligen TrainerIn
Per Email: Beim jeweiligen TrainerIn
(Adressen siehe Kursangebot)

Melde Dich gleich zu einem kostenlosen Schnuppertraining an! Ein Einstieg in die Kurse ist natürlich auch nach Kursstart jederzeit möglich!

UNSER TEAM



Hinten vlnr: Angelika Schmid, Christine Karlinger, Tamara Ruhland | Mitte vlnr: Julia Wechner, Christina Schwarz, Sophia Reich, Mathias Schuler, Michael Huber, Tom Hirschmann | Vorne vlnr: Christine und David Mayr, Lea Schmid, Hanna Schmid, Sarah Mayr | Nicht auf dem Bild: Melly Mayr und Christine Trenkwaldner

Mitglied der



Impressum: Turnerschaft Landeck

Obfrau: Christine Mayr
W: www.turnerschaftlandeck.at
E: office@turnerschaftlandeck.at



KURSPROGRAMM

2017/2018

