

Kursplan

entspannungszeit

Monat

November 2019

Der Besuch der „entspannungszeit“ Kurse erfolgt auf eigene Haftung!
Ihre Teilnahme ist nur mit Voranmeldung möglich.

*Ein Präventionskurs findet ab 6 Anmeldungen statt.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonnabend	Sonntag
	08.30 - 09.30 Uhr Qi Gong 18er		08.15 - 09.15 Uhr Tai Chi Chuan 3.Teil Ende			
16.30 - 17.30 Uhr Qi Gong 18er, 12er, 8er, 5er	16.30 - 17.30 Uhr IDOGO „Refresher Kurs“ (05.11.2019)	16.15 - 17.15 Uhr Qi Gong 18er, 12er, 8er	16.30 - 17.30Uhr Qi Gong 18er, 8er	16.00 - 16.45Uhr Klang-Körper Meditation (15.11. und 22.11.2019)		
17.45 - 18.45 Uhr Tai Chi Chuan Dauerkurs 1.Teil Mitte	17.45 - 18.45 Uhr Qi Gong Präventionskurs (10.09. - 26.11.2019)	17.30 - 18.30 Uhr Tai Chi Chuan 3.Teil Anfang	17.45 - 18.45 Uhr Tai Chi Chuan 2.Teil Mitte			
19.00 -20.00 Uhr Qi Gong 18er	19.00 - 20.00Uhr Tai Chi Chuan 2.Teil Anfang	18.45 - 19.45 Uhr Tai Chi Chuan Präventionskurs (11.09. - 27.11.2019)	19.00 - 20.00 Uhr Qi Gong 18er			
		20.00 - 21.30 Uhr Buddhistische Meditation (27.11.2019)				

René Achterberg

Tai Chi Chuan & Qi Gong Lehrer
IDOGO® Übungsleiter
Entspannungspädagoge
Klangpädagoge

Tel. 0355 / 529 24 33
Fax 0355 / 529 24 34
Mobil 0162 / 43 190 46

www.entspannungszeit-cb.de
info@entspannungszeit-cb.de