



Workshops in der TS 79

Juli 2019 bis Januar 2020

Weitere Informationen am Infopoint und am Empfang.



Do, 18.7.2019

18:30 – 20:30 Uhr

Do, 8.8.2019

18:30 – 20:30 Uhr

Sa, 31.8.2019

14:15 – 15:45 Uhr

Sa, 21.9.2019

10 – 13 Uhr

Sa + So, 21.9. + 22.9.2019

13 – 15 Uhr

Sa, 28.9.2019

11 – 14 Uhr

Sa, 5.10.2019

10 – 12 Uhr

Sa, 12.10.2019

10 – 14 Uhr

Sa, 26.10.2019

14:15 – 15:45 Uhr

So, 27.10.2019

12:30 – 15 Uhr

Sa, 9.11.2019

10 – 12 Uhr

Sa, 14.12.2019

10 – 12 Uhr

Sa, 14.12.2019

14:15 – 15:45 Uhr

Sa, 11.1.2020

10 – 12 Uhr

Mountainbike-Tour

Gesundfit Parkplatz • Gabi Prezewowski

Mountainbike-Tour

Gesundfit Parkplatz • Gabi Prezewowski

Dancefeeling

Aerobicraum • Barbara Beste

Feldenkrais - Kiefer und Nacken

Loft • Ulrike Scheier-Baumann

Nordic Walking (Anfänger)

Parkplatz Kombibad Paffrath • Barbara Beste

Pilz-Exkursion

Wanderparkplatz Wipperfürth Ommerborn
Johannes Gierschner

Feldenkrais - freie Arme und Hände

Loft • Heike Schuler

Yoga und Coaching zum Thema „Glück“

Loft • Barbara Lotz

Dancefeeling

Aerobicraum • Barbara Beste

Nordic Walking (Aufbau)

Parkplatz Schloss Lerbach • Barbara Beste

Yoga für Core & Gleichgewicht

Loft • Elisabeth Kurman

Qi Gong für den Rücken

Loft • Marlene Stangier-Linke

Dancefeeling

Salon • Barbara Beste

Yin Yoga - Loslassen lernen

Loft • Barbara Lotz