

Thai Yoga Massage Aufbaukurs nach einem Einführungskurs

Ein Aufbauwochenende ist für alle, die schon ein Einführungswochenende mitgemacht haben und Lust haben ihre Kenntnisse zu vertiefen und neue Techniken zu erlernen. Wir werden die Sequenz wiederholen und jeweils zum Schwerpunktthema zusätzliche Techniken einüben.

Termine 2019:

02.02. - 03.02.2019 Teil I „Füße und Beine“

29.05. - 30.05.2019 Teil II „ Oberkörper und Seitenlage“

16.10. - 17.10.2019 Teil III „ Körperrückseite und Sitzposition“

Ort: Silva-Yoga in Wuppertal, Friedrich - Ebert - Str. 89

Anmeldung: gundi@posteo.de

Ablauf:

Samstag und Sonntag

10:00 – 13:00 Uhr

14:00 - 17:00 Uhr

Unterrichtsumfang: 12 Zeitstunden

Investition: 140,- bzw. 120,- € *

*Der ermäßigte Beitrag ist für alle, die finanziell nicht so gut dastehen. Das lässt sich nicht nur an Studentenausweis oder Arbeitslosigkeit ausmachen. Du entscheidest selbst und musst keine Rechenschaft darüber abgeben.

Kursleiterin: Gundi Nowak

Yogalehrerin und Thai Yoga Massage seit 2006

Ayurveda Gesundheitsberaterin seit 2012

Kursleiterin und Ausbilderin für Thai Yoga Massage seit 2017

Mitbringen:

Bequeme Kleidung, etwas Warmes zum Überziehen, evtl eine Wärmflasche, kleines Handtuch, Stift und einen vegetarischen Snack für die Mittagspause. Wasser und Tee sind vorhanden.

Ein Skript bekommt Ihr von mir.

Anmeldung: gundi@posteo.de

Mit der Bezahlung des Kurses ist dein Platz und deine Teilnahme gesichert.

Einführungswochenenden 2019 in W'tal:

19. - 20.01.2019

18. - 19.05.2019

12. - 13.10.2019

Anmeldung: gundi@posteo.de