



gz
in der
au

KinGym Training

Entspannen und Energie tanken

Kin-Gym verbindet Kinesiologie mit sanften Gymnastikübungen. In diesem Workshop lernen wir Übungen kennen, welche eine ausgleichende Wirkung auf Körper, Seele und Geist haben.

Dazu nutzen wir integrierende Bewegungen, arbeiten mit den Meridianen und Chakras sowie einfachen und lockeren Braingym-Übungen. So starten wir entspannt, energievoll, gelassen, klar und freudig ins Wochenende.

Daten Samstag, 21. Januar, 18. Februar, 18. März, 22. April 2023 (4x)
Samstag, 20. Mai, 17. Juni, 15. Juli 2023 (3x)
jeweils von 9.00 bis 11.00 Uhr

Kursort Gemeinschaftszentrum «In der Au»

Kursleitung Barbara Büsser-Bersorger, Bewegungspädagogin BGB/Kinesiologin

Kurskosten Fr. 50.00 pro Tag bzw. Fr. 160.00 für 4 Tage und Fr. 120.00 für 3 Tage

Anmeldung Gemeinschaftszentrum «In der Au»,

In der Au 1, 8604 Volketswil, Tel. 044 910 20 70,

gemzen@volketswil.ch, www.volketswil.ch/kursprogramm

VOLKETSWIL

DAS SIND WIR