



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Vinyasa Power Yoga im Freien

Ambito tematico

Yoga

Descrizione

Im Vinyasa Power Yoga werden die Asanas in Kombination mit der Atmung fließend miteinander verbunden. Durch einfachen bis komplexen und kraftvollen Bewegungen vereinigt es östliche Spiritualität mit westlicher Dynamik. Im Vergleich zu anderen Yoga Richtungen ist Vinyasa Power Yoga sehr kraftvoll und schweißtreibend.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

25.06.2024

Termine

18.07.2024

Numero giornate corso

8

dalle

18:30

alle

19:30

Durata

480 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Wolfsgruben 22

Destinatari

Docenti

Evi Pichler Rödel

Costo del corso

94 €

Termine per l'iscrizione

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Pagina del corso
-

Persona da contattare

Tel.
Email

Das kleine 1x1 der Saatgutvermehrung im Hausgarten

Ambito tematico

Giardinaggio, erbe aromatiche e spezie, fiori

Descrizione

Saatgut selbst anbauen und sammeln, das geht? Ja, wenn einige Regeln der Natur beachtet werden. Im Kurs werden Theorie und Praxis der Saatgutvermehrung beleuchtet und viele Tipps zum Reinigen der Samen aus dem eigenen Hausgarten gegeben. Um das Erlernte im Anschluss auch gleich umsetzen zu können, bekommen die Teilnehmenden Saatgut von der Kursleiterin mit nach Hause.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio
30.08.2024

Termine
30.08.2024

Numero giornate corso
1

dalle
09:00

alle
17:00

Durata
420 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari

Docenti
Elisabeth Pircher

Costo del corso
75 €



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Termine per l'iscrizione

-

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.

Email

Lauftraining im Freien für Anfängerinnen, Anfänger und Leichtfortgeschrittene

Ambito tematico

Outdoor

Descrizione

Bei diesem Training werden wir Laufübungen durchführen, die von Mobilisations- und Dehnungsübungen ergänzt werden - ideal für fitnessbegeisterte Frauen und Männer.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

29.07.2024

Termine

26.08.2024

Numero giornate corso

5

dalle

19:00

alle

20:15

Durata

375 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari

Docenti

Dorothea Kelderer



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Costo del corso

67 €

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

VOLKSHOCHSCHULE SÜEDTIROL VHS
SÜEDTIROL

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.

Email



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it