



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Pilates im Freien (Gruppe 2)

Ambito tematico

Ginnastica

Descrizione

Pilates ist ein ganzheitliches, intensives, aber sanftes Krafttraining für den ganzen Körper, das vor allem eine Verbesserung der Körperstabilität, -haltung und des eigenen Körperbewusstseins bewirkt. Jede Übung wird mit exakten Bewegungen, bewusster Körperhaltung und kontrollierter Atmung ausgeführt.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

27.06.2024

Termine

08.08.2024

Numero giornate corso

7

dalle

19:15

alle

20:15

Durata

420 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari

Docenti

Markus Tröger

Costo del corso

90 €

Termine per l'iscrizione

27.06.2024

Agenzia/Ente

KVW Bildung Vinschgau

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Genießen, Entspannen, Bewegen - 2 Tage Zeit für mich für Personen ab 55 Jahren

Ambito tematico

Meditazione, rilassamento

Descrizione

An diesen zwei Tagen erhalten Sie wertvolle Inputs zu Bewegung und Entspannung. Einfache Techniken können Ihren Alltag erleichtern, Ihr Wohlbefinden stärken und Ihre Gesundheit fördern. Auf dem Programm stehen eine gemütliche Wanderung, leichte einfache Bewegungs- und Entspannungsübungen für den Alltag, gutes Essen und geselliges Beisammensein. Das alles inmitten der Natur und im schönen Ambiente der Pension Mitterbach. Tanken Sie Kraft, Freude und Wohlbefinden für Ihren Alltag!

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

08.06.2024

Termine

09.06.2024

Numero giornate corso

1

dalle

10:00

alle

14:00

Durata

0 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Am Mitterbach - Weissenbach 22

Destinatari

Docenti

Elisa Oberhollenzer

Elfriede Herta Forer

Costo del corso

262 € pro Person im Doppelzimmer

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

Klangschalen Kurs und Klangmassage Ausbildung mit Zertifikat

Diese wirksame Entspannungsmethode löst Stress, Verspannungen und Blockaden.

Ambito tematico
Massaggio

Descrizione
Klangschalen schenken Ruhe und Gelassenheit, nach einer Anwendung fühlen sie sich leichter, zentriert und klar.

Nach dem Grundkurs können sie entscheiden ob mit der professionellen Ausbildung weitermachen, wo sie am Ende ein Zertifikat bekommen, mit dem sie beruflich arbeiten können.

Bereits an den ersten 2 Tagen erlernen Sie die Anwendung der Klangschalen am eigenen Körper, die Aurareinigung, das richtige Anspiel, eine Klangentspannung für den Rücken und vieles mehr.

Bei der Klangmassage nach AnKlang ist es die tiefgehende Sanftheit und Achtsamkeit, die es ermöglicht den Klängen und Schwingungen in tiefe Schichten des Körpers und des Geistes einzufließen. Das zentrale Thema bei der Klangmassage ist die Tiefenentspannung und das „Loslassen“, körperlich (Verspannungen) wie geistig (Gedanken).

Weitere Inhalte der professionellen Ausbildung:

Erkennen u. Ausgleichen energetischer Dissonanzen und Lösen von Blockaden.

Visualisierungstechniken, Intuitionsübungen und emphatische Gesprächsführung,

Ethik und praktische Hinweise zu Versicherung, Privacy und eigene Tätigkeit.

Am Ende bekommen Sie das Zertifikat mit dem Sie eine neue Berufslaufbahn starten können.

Detaillierte Infos und Preis <https://www.anklang.it/de/vedi-articoli/13-ausbildung/102-blockseminar-klangmassage-anklang.html>



Corsi & Percorsi

corsipercorsi.retecivica.bz.it

Die nächste Wochenendausbildung beginnt im Herbst 2024.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

13.07.2024

Termine

28.07.2024

Numero giornate corso

8

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

3120 minuti

Descrizione durata

Klangmassage I am 13. und 14. Juli von 9- 17 Uhr (auch einzeln buchbar!).

Klangmassage II und III am 23. Juli von 15-20 Uhr bis 28. Juli jeweils von 9 bis 17 Uhr - (insgesamt 6 Tage).

Klangmassge IV im Herbst 2024

Luogo

Duca d'Aosta Allee

Destinatari

Interessierte

Docenti

Anna Matteazzi

Costo del corso

240 € Modul I sind 240,00€ - inkl. Skript

Termine per l'iscrizione

28.07.2024

Agenzia/Ente

Anna Matteazzi - AnKlang

Pagina del corso

<https://www.anklang.it/de/ausbildung.html>

Persona da contattare

Anna Matteazzi

Tel. 339 4662753

Email info@anklang.it