

# Meine aktuellen Kurstermine:

## Rückbildungsgymnastik

in der Tanzschule Holtzwarth, 53604 Bad Honnef, Bahnhofstraße 2c

### Freitag:

18.03. - 06.05.22 9.30 – 11 Uhr nur 7x, Kursgebühr: 105 Euro  
03.06. - 29.07.22 9 - 10.30 Uhr (17.6. kein Kurs)  
01.07. - 19.08.22 11 - 12.30 Uhr  
30.09. - 18.11.22 9 - 10.30 Uhr  
07.10. - 25.11.22 11 - 12.30 Uhr  
25.11. - 27.01.23 9 - 10.30 Uhr

**8 x 1,5 h 120 Euro**

Alle Kurse finden in der Tanzschule Holtzwarth in Bad Honnef statt! Wenn der Kurs länger als 8 Wochen dauert, gibt es Feiertage oder 1-2 Urlaubswochen in der Kurszeit.

## Qi Gong Basiskurs:

Kursort voraussichtlich in der Yoga-Praxis, „Yoga and me“, 53227 Bonn-Oberkassel, Königswintererstraße 777

### Mittwoch:

16.03. - 04.05.2022 19.30-21.00 Uhr Alpha-Omega Qi Gong  
01.06. - 20.07.2022 19.30-21.00 Uhr Sintala Qi Gong  
05.10. - 23.11.2022 19.30-21.00 Uhr 18 Bewegungen Teil 1

**8x1,5 h 120 Euro**

Dieser Kurs wurde von der zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert. Ein Teil der Kursgebühr wird somit von den gesetzlichen Krankenkasse im Rahmen der Prävention übernommen!

**Alle anderen Kurse finden momentan nicht statt!**