



gz
in der
au

KinGym

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, 5. Februar, 2. April, 21. Mai und 2. Juli 2022 (4x)
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. CHF 160.00 für 4 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