

Die einzelnen Kurstermine im Frühjahr 2022

Dienstags ab dem 11.01.2022 - ein privater Yoga Kurs (in Düsseldorf - Grafenberg):

Hatha Yoga (mit Vorkenntnissen) im Rochusclub von 15.45 - 17.15 Uhr mit 12 Terminen - der MBSR Kurs startet 05.04. online live mit Zoom mit 8 Terminen zu 2,5 Stunden

1) 11.01. 2) 18.01. 3) 25.01. 4) 01.02. 5) 08.02. 6) 15.02. 7) 22.02. 8) 01.03. 9) 08.03. 10) 15.03. 11) 22.03. 12) 29.03.

Mittwochs ab dem 19.01. QiGong - Präventionskurs (in 40625 Düsseldorf-Gerresheim, Diepenstr. 15, Blauer Raum):

QiGong Kurs (mit und ohne Vorkenntnisse) von 17.50 - 18.50 Uhr mit 10 Terminen! Thema: Duft Qigong - "das Qigong zur Linderung der 1000 Krankheiten" ;)

1) 19.01. 2) 26.01. 3) 02.02. 4) 09.02. 5) 16.02. 6) 23.02. 7) 02.03. 8) 09.03. 9) 16.03. 10) 23.03.

Donnerstags ab dem 13.01. Yoga & ab dem 20.01. QiGong - Präventionskurse (in Oberkassel - Düsseldorf)

Hatha Yoga (mit Vorkenntnissen) von 20.30 – 22.00 Uhr mit 11 Terminen

1) 13.01. 2) 20.01. 3) 27.01. 4) 03.02. 5) 10.02. 6) 17.02. 7) 24.02. 8) 03.03. 9) 10.03. 10) 17.03. 11) 24.03.

QiGong Kurs mit und ohne Vorkenntnisse von 17.50 - 18.50 Uhr mit 10 Terminen! Thema: Duft Qigong - "das Qigong zur Linderung der 1000 Krankheiten" ;) Grundstufe für Anfänger von Duft Qigong / alle Stufen von Qigong im allgemeinen

1) 17.02. 2) 24.02. 3) 03.03. 4) 10.03. 5) 17.03. 6) 24.03. 7) 31.03. 8) 07.04. 9) 14.04. 10) 21.04.

Ein Einstieg in diese Online Präventionskurse ist noch bis zum 3. Termin möglich!

Bitte zum Yoga, Qigong, MBSR und Tai Chi folgendes mitbringen:

bequeme Sportkleidung, eine Matte (Yogamatte / Isomatte / Sportmatte... & eventuell auch eine Decke), rutschfeste, dicke Socken für Yoga, weiche Indoor- Schuhe für Tai Chi, für MBSR im Besonderen: ein Sitzkissen oder Sitzbank, eine Tasse, eventuell der Lieblingstee

Mit der bezahlten, überwiesenen Kursgebühr tritt die Platzreservierung in Kraft. Sollte der angegebene Termin bereits voll belegt sein, werde ich dies, so bald als möglich mitteilen, sodass eine Alternative gefunden werden kann.

Wenn ein oder mehrere Termine vom Kursteilnehmer nicht wahrgenommen werden konnte, besteht kein Anspruch darauf, Termine nachzuholen. Sollte jedoch in einem anderen der oben angegebenen Dienstags-, Mittwochs- oder Donnerstags- Kursen von mir genügend freier Platz zur Verfügung stehen, so ist es unter diesen Umständen möglich, den verpassten Termin an einem anderen Tag nachzuholen, auch wenn das angebotene Thema ein anderes als das zuvor gebuchte sein sollte. Ein verpasster Qi Gong kann allerdings nur in einem anderen Qi Gong Kurs nachgeholt werden, nicht in einem Yogakurs.

Es ist jedoch nicht möglich, den verpassten Termin, an einem anderen Termin als den oben genannten nachzuholen. Die erste Probestunde kann auf Wunsch einzeln mit 18 € abgerechnet oder auf die gesamte Anmeldegebühr angerechnet werden.

Es besteht zudem die Möglichkeit, unangemeldet zum Kurs der eigenen Wahl zukommen. Die Einzelstunde wird dann mit 22 € für 90 Minuten und 15 € für 60 Minuten berechnet