

Die einzelnen Kurstermine im Herbst 2021 mit Saida über Zoom live

Dienstags ab dem 05.10.2021 - ein Präventionskurs in Düsseldorf - Grafenberg: (nur Rochusclub Mitglieder & Freunde)

Hatha Yoga (mit Vorkenntnissen) im Rochusclub von 15.45 - 17.15 Uhr mit 12 Terminen: 216 €

1) 05.10. 2) 12.10. 3) 19.10. 4) 26.10. 5) 02.11. 6) 09.11. 7) 16.11. 8) 23.11. 9) 30.11. 10) 07.12. 11) 14.12. 12) 21.12.

Mittwochs ab dem 05.10. Qigong & ab dem 13.10. Yoga - Präventionskurse (in 40625 Düsseldorf-Gerresheim, Diepenstr. 15, Blauer Raum):

Qi Gong Kurs mit und ohne Vorkenntnisse von 17.50 - 18.50 Uhr mit 10 Terminen: 120 €! Thema: Duft Qigong - "das Qigong zur Linderung der 1000 Krankheiten" ;)

1) 06.10. 2) 13.10. 3) 20.10. 4) 27.10. 5) 03.11. 6) 10.11. 7) 17.11. 8) 24.11. 9) 01.12. 10) 08.12.

Hatha Yoga (mit Vorkenntnissen) von 19.00 - 20.30 Uhr mit 11 Terminen: 198 €

1) 13.10. 2) 20.10. 3) 27.10. 4) 03.11. 5) 10.11. 6) 17.11. 7) 24.11. 8) 01.12. 9) 08.12. 10) 15.12. 11) 22.12.

Donnerstags ab dem 14.10.2021 - ein Präventionskurs in Oberkassel - Düsseldorf

Hatha Yoga (mit Vorkenntnissen) von 20.30 – 22.00 Uhr mit 11 Terminen: 198 €

1) 14.10. 2) 21.10. 3) 28.10. 4) 04.11. 5) 11.11. 6) 18.11. 7) 25.11. 8) 02.12. 9) 09.12. 10) 16.12. 11) 23.12.

„Yoga – Mantra – Meditation 2021“ Sonntage auf English von 10.00 – 12.00 Uhr: 24 € pro Treffen (mit Zoom live)

1) 17.10. 2) 31.10. 3) 07.11. 4) 05.12.

Ein Einstieg in diese Online Präventionskurse ist noch bis zum 3. Termin möglich! Anmeldeflyer unter www.LifeArtPractice.de

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. Bei Zoom live Kursen wie diesen, besteht kein Platzmangel – wir üben in der Ruhe und Schönheit unseres Zuhauses! Bitte die Mitbewohner informierten und um Ruhe bitten ;) & Handys unbedingt ausschalten, danke!

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.