



Gesundheit & Seminar Zentrum Gräfelfing

Bahnhofstr. 92 - 82166 Gräfelfing - Tel: 089-418 755 96 www@zentrumgaefelfing.de

Veranstaltungen im Oktober			Kontakt	Uhrzeit	
12.10.	Workshop	ENERGIEABEND / HEILKREIS ein Abend für Heilung, Transformation und Inneren Frieden	Rosina Kaiser 0173 3934754	19:00-22:30	50 €
12/19/26	Gruppe <u>Anmeldung erforderlich!</u>	BERÜHRENDE UND BELEBENDE CHANTS ERLEBEN offener Chantabend zum Kennenlernen im Freien oder. Telefonkonferenz	Julietta Haun 089-700 666 41	18:30-20:00	20 €
14.10.	Online- Tanzen	BODY AND SOUL DANCE Tanz dein Leben – lebe deinen Tanz!	Anja Bürk-Deharde 0171 147 95 69	19:30-21:00	20 €
19.10.	Übungsgruppe <u>Anmeldung erforderlich!</u>	GEWALTFREIE KOMMUNIKATION - ÜBUNGSGRUPPE nach Marshall Rosenberg mit Christan Hinrichsen	Beatrice Teschner 0178 601 63 40	19:30-21:30	25 € 95 € / 5er
Kurse			Kontakt	Uhrzeit	
4.+18.	Gruppe <u>Anmeldung erforderlich!</u>	BERÜHRENDE UND BELEBENDE CHANTS ERLEBEN offener Chantabend zum Kennenlernen im Freien od. Telko	Julietta Haun 089-700 666 41	18:30-20:00	160 €/ 9 er Block
jeden Di	Kurs	HATHA-YOGA	Susanne Hoffmann 0172 877 52 36	19.45-21:15	14 €
jeden Mi	Kurs	MEDITATION Stress abbauen	Astrid Lautenbacher 089-895 448 33	10:00-11:30	15 €
jeden Mi	Kurs	PILATES UND FASZIEN PILATES	Mithra Schübel 0171 324 00 05	18.30-19:30	50 € / Monat
jeden Mi	Kurs	STILLE MEDITATION geführte Meditationen für Anfänger und Geübte	Doris Sophia Heinrichsen 089-820 883 46	19.45-20.45	15,00 €
jeden Do.	Kurs (Hybrid)	STARKE MITTE – GESUNDER BECKENBODEN Beweglichkeit – Kraft - Entspannung	Anja Martina Bürk-Deharde 0171 147 95 69	17:45-18:55	100 – 150 € 10er Block
jeden 4. Do.	Kurs	DEIN KÖRPER – DEINE WICHTIGSTE RESSOURCE Ganzheitliches Körpertraining Frauen	Anja Martina Bürk-Deharde 0171 147 95 69	19:30-21:00	25 €

Vorankündigung November			Kontakt	Uhrzeit	
16+30.11.	offener Abend	BERÜHRENDE UND BELEBENDE CHANTS ERLEBEN Freude, Energie, Gelassenheit, Gemeinschaft; Heilung	Julietta Haun 089-700 666 41	18:30-20:00	20,00 €
16.11.	Übungsgruppe <u>Anmeldung erforderlich!</u>	GEWALTFREIE KOMMUNIKATION - ÜBUNGSGRUPPE nach Marshall Rosenberg mit Christan Hinrichsen	Beatrice Teschner 0178 601 63 40	19:30-21:30	25 € 95 € / 5er
25.11.	Kurs	DEIN KÖRPER – DEINE WICHTIGSTE RESSOURCE Ganzheitliches Körpertraining Frauen	Anja Martina Bürk-Deharde 0171 147 95 69	19:30-21:00	25 €

Von der Bundesregierung angeordnete Regeln:

- Tragen von Gesichtsmaske
- 1,5 m Abstand zu anderen Personen halten