

Gesundheitskurse

WT
2.12.23

IM JANUAR Pilates, Qigong, Yoga und Seniorengymnastik.

WEISSENBURG - Das Evangelische Bildungswerk Jura-Altmühltal Hahnenkamm bietet ab Januar 2024 wieder Gesundheitskurse an.

Den Auftakt bilden ab 12. Januar die Kurse unter der Leitung von Ute Köbler, Pilates jeweils freitags von 15 bis 16 Uhr und Qigong „Harmonie in 18 Figuren“ jeweils freitags von 16.15 bis 17.15 Uhr. Jeder Kurs kostet 85 Euro für zehn Termine. Der Qigong-Kurs wird ab Dienstag, 16. Januar, auch online angeboten. Er kostet für zehn Termine 85 beziehungsweise 95 Euro, je nach Teilnehmerzahl.

Ebenfalls ab 16. Januar startet die Seniorengymnastik unter der Leitung von Christine Schwegler in zwei Gruppen (jeweils dienstags 8.30 bis 9.20 Uhr und 9.30 bis 10.20 Uhr) zum Preis von 40,50 Euro für neun Termine. Den Abschluss bildet ab Montag, 22. Januar, der Yogakurs mit Joachim Furtmayr, montags von 19 bis 20 Uhr zum Preis von 50 Euro für acht Termine.

Die Kurse finden im Gemeindehaus St. Andreas statt. Anmeldungen unter Telefon 09141/974630 (Montag bis Freitag 9 bis 12 Uhr) oder per E-Mail an bildungswerk.weissenburg@elkb.de (unter Angabe des Kurses). Näheres zu den Gesundheitskursen findet sich im Internet auf www.ebw-jah.de **wt**