

2. Halbjahr 2019 – Änderungen lt. Newsletter beachten

Für kurzfristige Lehrer- oder Stundenplanänderungen bitte Facebook oder www.kontrast-reich-training.de aufrufen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10.00 - 11.00 Uhr Kanga für Mami und Kind	9.00 - 10.00 Uhr Einzeltermine Yogatherapie	9.00 - 12.00 Uhr Einzeltermine Yogatherapie	10.00 - 11.15 Uhr sanftes Yoga 60+ mit Heike	9.00 - 12.30 Uhr Ayurvedische Marmamassage	Visionstage für Tagesmütter und Krippenfachkräfte am 14.9. und 9.11.2019
11.00 - 15.00 Uhr Ayurvedische Marmamassage	12.00 - 15.00 Uhr Integrative Lerntherapie Sprechzeit Einzeltermine	12.00 - 14.00 Uhr Integrative Lerntherapie Sprechzeit Einzeltermine	11.30- 12.30 Uhr Ayurvedische Marmamassage	13.00 - 15.00 Uhr Hausbesuche Integrative Lerntherapie	Vermietung von Raum und Terrasse für Feiern und Seminare
16.00 - 17.30 Uhr Hathayoga mit Heike in der VHS Tietz Chemnitz	15.30 - 16.30 Uhr „Werde der Held in deiner Welt“ Sozialkompetenztrain- ing für Grundschüler	14.00 - 15.15 Uhr Autogenes Training oder PMR im Wechsel	13.00 - 15.00 Uhr Integrative Lerntherapie Sprechzeit Einzeltermine	15.30- 16.30 Eltern mit Kind Yoga für Kinder ab 3 Jahre	14.00 - 18.00 Uhr Themenworkshops für Yogapraktiker am 28.9.2019 von 14.00 - 18.00 Uhr oder am 2.11. und 12.10.2019 von 10.00 bis 14.00 Uhr
		15.30 - 16.30 Uhr Yoga-Rückbildungskurs für Entbundene	15.30 - 16.30 Uhr Schwangerenyoga	17.00 - 18.00 Uhr Life Kinetik Gedächtnistraining für Eltern und Kind	
	17.00 - 18.00 Uhr Aerial- Kinderyoga ab 5 Jahre	17.00 - 18.15 Uhr Hathayoga für Alle	17.00 - 18.15 Uhr Aerial-Teenageryoga	17.00 - 18.30 Uhr Hathayoga mit Heike in der VHS Tietz Chemnitz	 <p>Heike Seewald-Blunert mobil 0177-8587507 kontakt@kontrast-reich-training.de</p> <p>Kontrast Reich Hauptstraße 11 09235 Burkhardtsdorf/ OT Meinersdorf</p> <p>Mehr erfahren unter: www.kontrast-reich-training.de</p>
17.45 - 19.00 Uhr Faszienyoga	18.30 - 19.45 Uhr Hathayoga für Alle	18.30 - 19.45 Uhr Hathayoga für Alle	18.30 - 19.45 Uhr Hathayoga für Alle	18.00- 19 Uhr Life Kinetik Gedächtnistraining für Erwachsene	
Specialabende laut Veran- staltungskalender am 2.9., 7.9., 30.9., 7.10., 20.11. und 16.12.2019	20.00 - 21.15 Uhr Aerialyoga für Einsteiger vom 27.8. bis 8.10.2019	20.00 - 21.15 Uhr Feet Up Yoga für Einsteiger vom 28.8. bis 2.10.2019	20.00 - 21.15 Uhr Yogawheel für Einsteiger vom 29.8. bis 10.10.2019		



Therapieangebote Heike



Trainingsangebote



Entspannungskurse



Einzeltermine



Veranstaltungen