



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Pilates im Freien (Gruppe 2)

### Themenbereich

Gymnastik

### Kursbeschreibung

Pilates ist ein ganzheitliches, intensives, aber sanftes Krafttraining für den ganzen Körper, das vor allem eine Verbesserung der Körperstabilität, -haltung und des eigenen Körperbewusstseins bewirkt. Jede Übung wird mit exakten Bewegungen, bewusster Körperhaltung und kontrollierter Atmung ausgeführt.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

27.06.2024

### Ende

08.08.2024

### Kurstage

7

### Beginnzeit

19:15 Uhr

### Endzeit

20:15 Uhr

### Dauer

420 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Schlanders

### Zielgruppe

### Referent/in

Markus Tröger

### Gebühr

90 €

### Anmeldeschluss

27.06.2024

### Kursanbieter

KVW Bildung Vinschgau

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Rutengehen und Pendeln Schwerpunkt Quellen und Wasser

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Einführung in die Werkzeuge der Geomantie und deren vielfältige Anwendungsmöglichkeiten.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

05.07.2024

### Ende

07.07.2024

### Kurstage

3

### Beginnzeit

15:30 Uhr

### Endzeit

16:00 Uhr

### Dauer

1020 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Latsch  
Goldrain, Schlossstrasse 33

### Zielgruppe

Interessierte

### Referent/in

Thomas Schury

Susanne Schury

### Gebühr

195 € Kursgebühr (inkl. V-Rute)

### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Genossenschaft Bildungshaus Schloss  
Goldrain

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Pilates im Freien (Gruppe 1)

Themenbereich  
Gymnastik

### Kursbeschreibung

Pilates ist ein ganzheitliches, intensives, aber sanftes Krafttraining für den ganzen Körper, das vor allem eine Verbesserung der Körperstabilität, -haltung und des eigenen Körperbewusstseins bewirkt. Jede Übung wird mit exakten Bewegungen, bewusster Körperhaltung und kontrollierter Atmung ausgeführt.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
27.06.2024

Ende  
08.08.2024

Kurstage  
7

Beginnzeit  
18:00 Uhr

Endzeit  
19:00 Uhr

Dauer  
420 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Schlanders

Zielgruppe

Referent/in  
Markus Tröger

Gebühr  
90 €



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

27.06.2024

Kursanbieter  
KVW Bildung Vinschgau

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

## Sommer-Heilfasten nach Buchinger

### Die Leichtigkeit des Seins genießen, Wandern und Qi Gong

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Fasten im Sommer bedeutet, bewusst aus der täglichen Routine aussteigen, Zeit für sich selbst nehmen, den Körper entschlacken und reinigen, den Geist zur Ruhe kommen lassen und in dem Wenigen aber Wesentlichen Seelennahrung tanken.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

03.08.2024

Ende

10.08.2024

Kurstage

8

Beginnzeit

15:30 Uhr

Endzeit

14:30 Uhr

Dauer

2880 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Latsch

Goldrain, Schlossstrasse 33

Zielgruppe

Interessierte

Referent/in

Monika Engl

Gebühr

860 € Kursgebühr (inkl. Unterkunft im Einzelzimmer, Bio-Fastenverpflegung, zzgl. Ortstaxe)



Corsi & Percorsi  
[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Genossenschaft Bildungshaus Schloss  
Goldrain

Ansprechperson

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

Detailseite zum Kurs

-



Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)