



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Qigong - Bewegungen, die Körper und Geist harmonisieren

Themenbereich

Meditation, Entspannung

Kursbeschreibung

Qigong ist eine Kombination aus Atem-, Bewegungs- und Meditationsübungen. Das aktive Beobachten und achtsame Geschehen lassen, aktiviert die Energieströme und fördert innere Ruhe. Qigong schafft körperliche und geistige Entspannung, verbessert Achtsamkeit und Konzentration, fördert Gleichgewichtssinn und Beweglichkeit.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

19.04.2024

Ende

24.05.2024

Kurstage

5

Beginnzeit

17:00 Uhr

Endzeit

18:15 Uhr

Dauer

375 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Brixen
Hofgasse 2

Zielgruppe

Referent/in

Manuela Gottardo

Gebühr

97 €

Anmeldeschluss

19.04.2024

Kursanbieter

KVW Bildung Brixen

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Entspannungsabende mit Jin Shin Jyutsu (Strömen)

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Strömen ist eine jahrtausendealte Harmonisierungskunst. Durch einfaches sanftes Berühren bestimmter Körperstellen (Sicherheitsenergieschlösser) mit den Händen, werden wir an diesen Abenden die Selbstheilungskräfte aktivieren und die Gesundheit und das Wohlbefinden fördern.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

07.05.2024

Ende

04.06.2024

Kurstage

4

Beginnzeit

19:00 Uhr

Endzeit

21:00 Uhr

Dauer

480 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Brixen
Hofgasse 2

Zielgruppe

Referent/in

Sabine Bampi

Gebühr

95 €

Anmeldeschluss

07.05.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
KVW Bildung Brixen

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Teekräuter

Themenbereich
Körperpflege, Kosmetik

Kursbeschreibung
Sie lernen Wildkräuter und deren Inhaltsstoffe und die richtige Zubereitung von Genuss- und Heiltees kennen.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
10.07.2024

Ende
10.07.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
18:00 Uhr

Endzeit
21:00 Uhr

Dauer
180 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Brixen
Hofgasse 2

Zielgruppe

Referent/in
Patrizia Martin

Gebühr
35 €

Anmeldeschluss
10.07.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
KVW Bildung Brixen

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Räuchern, eine vergessene Tradition

Themenbereich
Körperpflege, Kosmetik

Kursbeschreibung

Der Einsatz von heimischen Pflanzen und deren Bedeutung beim Räuchern wird erläutert, verschiedene Möglichkeiten zum Räuchern werden gezeigt und erklärt.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
16.11.2024

Ende
16.11.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
15:00 Uhr

Endzeit
18:00 Uhr

Dauer
180 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Brixen
Hofgasse 2

Zielgruppe

Referent/in
Patrizia Martin

Gebühr
35 €

Anmeldeschluss
16.11.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
KVW Bildung Brixen

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Pilates im Freien

Themenbereich
Gymnastik

Kursbeschreibung

Kurssprache
Deutsch

Beginn
24.06.2024

Ende
12.08.2024

Kurstage
8

Beginnzeit
19:30 Uhr

Endzeit
20:30 Uhr

Dauer
480 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Brixen
Fischzuchtweg 18

Zielgruppe

Referent/in
Ulrike Pichler

Gebühr
94 €

Anmeldeschluss
-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Pilates im Freien mit der Rolle für Fortgeschrittene

Themenbereich
Gymnastik

Kursbeschreibung

Kurssprache
Deutsch

Beginn
26.06.2024

Ende
14.08.2024

Kurstage
8

Beginnzeit
18:15 Uhr

Endzeit
19:15 Uhr

Dauer
480 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort
Brixen
Fischzuchtweg 18

Zielgruppe

Referent/in
Ulrike Pichler

Gebühr
94 €

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.
Email

Rücken-fit

Themenbereich
Gymnastik

Kursbeschreibung

Ziel ist es, unseren Rücken beweglich und dynamisch zu halten und ihn zugleich zu kräftigen. Wir verbessern die Beweglichkeit der Wirbelsäule, den Trainingszustand der Muskulatur und erreichen eine ökonomische Haltung. Übungen zur Stabilisation, Dehnung, Koordination, Atmung und Entspannung stehen im Vordergrund.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
01.08.2024

Ende
29.08.2024

Kurstage
4

Beginnzeit
18:15 Uhr

Endzeit
19:15 Uhr

Dauer
240 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Brixen
Fischzuchtweg 18

Zielgruppe

Referent/in
Maria Angela Vogl

Gebühr
47 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it