



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## 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

Kursanbieter  
KVW Bildung Brixen

[Detailseite zum Kurs](#)

Ansprechperson

Tel.  
Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## MBSR - Stressreduzierung durch Achtsamkeit 8-Wochen-Kurs nach Jon Kabat-Zinn.

### Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung

Achtsamkeit ist der Schlüssel, um aus dem Hamsterrad auszusteigen und um dem (Berufs)Alltag gelassener zu begegnen, sowie Herausforderungen erfolgreich und mit weniger Stress zu bewältigen. Sie lernen, Ihre Fähigkeiten zu nutzen und zu pflegen, um sich aktiv um Ihre Fürsorge zu kümmern und mehr Gleichgewicht und Leichtigkeit zu finden.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

08.04.2024

### Ende

03.06.2024

### Kurstage

9

### Beginnzeit

17:00 Uhr

### Endzeit

20:00 Uhr

### Dauer

1650 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Brixen  
Hofgasse 2

### Zielgruppe

### Referent/in

Michèle Honeck

### Gebühr

390 €

### Anmeldeschluss

08.04.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
KVW Bildung Brixen

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## 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 €



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Anmeldeschluss

19.04.2024

## Kursanbieter

KVW Bildung Brixen

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# 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.

## Kursprache

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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.reteCivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Gebühr

95 €

## Anmeldeschluss

07.05.2024

## Kursanbieter

KVW Bildung Brixen

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Kräuterwanderung

## Themenbereich

Garten, Kräuter, Blumen

## Kursbeschreibung

Bei dieser Wanderung lernen Sie die wichtigsten Kräuter und Unkräuter am Wegesrand kennen. Die Referentin gibt Tipps zur Ernte und Verarbeitung, auch erfahren Sie mehr über die Anwendung der Pflanzen.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

25.05.2024

## Ende

25.05.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

14:30 Uhr

## Endzeit

17:30 Uhr

## Dauer

180 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

## Zielgruppe

## Referent/in

Patrizia Martin



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Gebühr

40 €

## Anmeldeschluss

25.05.2024

## 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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Gebühr

35 €

Anmeldeschluss

16.11.2024

Kursanbieter

KVW Bildung Brixen

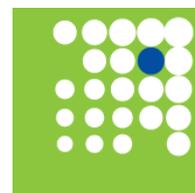
Ansprechperson

Tel.

Email

Detailseite zum Kurs

-



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it