



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

## 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 €

### Anmeldeschluss

27.06.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
KVW Bildung Vinschgau

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## 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, Schlosstrasse 33

Zielgruppe  
Interessierte

Referent/in  
Thomas Schury

Susanne Schury

Gebühr  
195 € Kursgebühr (inkl. V-Rute)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Genossenschaft Bildungshaus Schloss  
Goldrain

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

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

# 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.

### Kursprache

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, Schlosstrasse 33

### Zielgruppe

Interessierte

### Referent/in

Monika Engl



## Corsi & Percorsi

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

## Gebühr

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

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Genossenschaft Bildungshaus Schloss  
Goldrain

## Detailseite zum Kurs

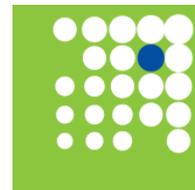
-

## Ansprechperson

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

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



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