



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## HATHA YOGA VINYASA

### Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.

### Kurssprache

Deutsch, Italienisch

### Beginn

09.09.2024

### Ende

09.12.2024

### Kurstage

92

### Beginnzeit

18:00 Uhr

### Endzeit

19:20 Uhr

### Dauer

1040 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

### Zielgruppe

alle Interessierten

### Referent/in

Elisabeth Mair

### Gebühr

208 €

### Anmeldeschluss

02.09.2024

### Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## HATHA YOGA VINYASA

### Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.

### Kurssprache

Italienisch, Deutsch

### Beginn

09.09.2024

### Ende

09.12.2024

### Kurstage

13

### Beginnzeit

19:35 Uhr

### Endzeit

20:55 Uhr

### Dauer

1040 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

### Zielgruppe

alle Interessierten

### Referent/in

Elisabeth Mair

### Gebühr

208 €

### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson  
Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email info@zentrum-tau.it

## HATHA YOGA VINYASA Kurs 1

Themenbereich  
Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.

Kurssprache  
Italienisch, Deutsch

Beginn  
09.09.2024

Ende  
21.10.2024

Kurstage  
7

Beginnzeit  
19:35 Uhr

Endzeit  
20:55 Uhr

Dauer  
560 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

Zielgruppe

Referent/in  
Elisabeth Mair

Gebühr  
126 €



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email info@zentrum-tau.it

## Gsund und Munter

Themenbereich

Gymnastik

Kursbeschreibung

Ein großes Potential der Gesundheit, der Freude und der Liebe zu sich selbst liegt in der Bewegung unseres Körpers. Achtsam spüren wir anhand der verschiedenen Übungen in unseren Körper hinein, lernen körperliche Widerstände zu erkennen, an ihnen zu arbeiten oder sie zu respektieren.

Kurssprache

Italienisch, Deutsch

Beginn

01.10.2024

Ende

19.11.2024

Kurstage

50

Beginnzeit

15:30 Uhr

Endzeit

16:30 Uhr

Dauer

480 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Frangart-Eppan

Pillhofstr. 37

Zielgruppe

alle Interessierte

Referent/in

Elke Rautscher



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email info@zentrum-tau.it

## BECKENBODEN die weibliche Mitte

Themenbereich

Gymnastik

Kursbeschreibung

"Beckenboden – die weibliche Mitte. Unser Beckenboden muss ganzheitlich betrachtet werden. Unsere Mitte muss spürbar sein, wahrgenommen werden und beweglich sein, denn erst dann, kann Kraft entstehen.

Er gibt uns Halt, Selbstbewusstsein und spielt eine wichtige Rolle für unsere Sexualität. Viele seelische Leiden unseres Frau-Seins widerspiegeln sich in der Tragfähigkeit des Beckenbodens.

Ergänzt wird der Kurs durch Tipps aus der Naturheilkund, um Frauen natürlich in ihrem Frau-Sein zu begleiten. "

Kursprache

Deutsch, Italienisch

Beginn

10.09.2024

Ende

15.10.2024

Kurstage

6

Beginnzeit

19:00 Uhr

Endzeit

20:30 Uhr

Dauer

540 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Frangart-Eppan

Pillhofstr. 37



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe  
alle Interessierten

Referent/in  
Anita Runggaldier

Gebühr  
120 €

Anmeldeschluss  
03.09.2024

Kursanbieter  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

[Detailseite zum Kurs](#)

Ansprechperson  
Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

## Feldenkrais 2

Themenbereich  
Gymnastik

### Kursbeschreibung

FELDENKRAIS: beweglicher Körper, wacher Geist! Die meisten unserer Angewohnheiten und Bewegungsmuster sind uns nicht bewusst. Sie fühlen sich zwar – aus Gewohnheit – richtig an, doch sie sind nicht immer gesund. Vor allem im körperlichen Bereich spüren wir das irgendwann durch Verspannungen, Rücken- und Kopfschmerzen, Unbeweglichkeit oder Gelenkprobleme. Menschen machen mit FELDENKRAIS erstaunliche und ermutigende Erfahrungen - sie erlernen gesunde und effiziente Bewegungsabläufe, die auf Gehirn und Persönlichkeit wirken. In der Feldenkraisarbeit lernen Sie, ihre Gewohnheiten bewusst wahrzunehmen und zu verändern.

Kurssprache  
Deutsch, Italienisch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 12.11.2024	<b>Ende</b> 17.12.2024	<b>Kurstage</b> 6
<b>Beginnzeit</b> 17:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 18:00 Uhr	<b>Dauer</b> 360 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

### Zielgruppe

alle Interessierten

### Referent/in

Hrasdil Margit

### Gebühr

90 €

### Anmeldeschluss

05.11.2024

### Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

### Detailseite zum Kurs

[www.zentrum-tau.it](http://www.zentrum-tau.it)

### Ansprechperson

Tel.

Email

## HATHA YOGA VINYASA Kurs 1

### Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Kurssprache**  
Deutsch, Italienisch

<b>Beginn</b> 09.09.2024	<b>Ende</b> 21.10.2024	<b>Kurstage</b> 7
<b>Beginnzeit</b> 18:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 19:20 Uhr	<b>Dauer</b> 560 Minuten

**Beschreibung Zeit**

-

**Ort**

Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

**Zielgruppe**  
alle Interessierten

**Referent/in**  
Elisabeth Mair

**Gebühr**  
126 €

**Anmeldeschluss**  
02.09.2024

**Kursanbieter**  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

**Detailseite zum Kurs**

-

**Ansprechperson**  
Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

## FELDENKRAIS KURS 1

**Themenbereich**  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

**Kursbeschreibung**  
FELDENKRAIS: beweglicher Körper, wacher Geist! Die meisten unserer Angewohnheiten und Bewegungsmuster sind uns nicht bewusst. Sie fühlen sich zwar – aus Gewohnheit – richtig an, doch sie sind nicht immer gesund. Vor allem im körperlichen



## Corsi & Percorsi

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

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

Bereich spüren wir das irgendwann durch Verspannungen, Rücken- und Kopfschmerzen, Unbeweglichkeit oder Gelenkprobleme. Menschen machen mit FELDENKRAIS erstaunliche und ermutigende Erfahrungen - sie erlernen gesunde und effiziente Bewegungsabläufe, die auf Gehirn und Persönlichkeit wirken. In der Feldenkraisarbeit lernen Sie, ihre Gewohnheiten bewußt wahrzunehmen und zu verändern.

## Kurssprache

Italienisch, Deutsch

## Beginn

10.09.2024

## Ende

15.10.2024

## Kurstage

36

## Beginnzeit

18:30 Uhr

## Endzeit

19:30 Uhr

## Dauer

360 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

## Zielgruppe

## Referent/in

Margit Hrasdil

## Gebühr

90 €

## Anmeldeschluss

03.09.2024

## Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Klangschalen Grundkurs

### Themenbereich

Meditation, Entspannung

### Kursbeschreibung

Mit den obertonreichen Klängen der tibetischen Klangschalen können Sie sehr schnell tief entspannen und eine ganz besondere Ruhe und Ausgeglichenheit erreichen. Die feinen Vibrationen der Klangschalen direkt auf den bekleideten Körper angewandt, können Verspannungen lösen und die Energie kann wieder frei fließen.

Ziel dieses Kurses ist es, das richtige Anspiel zu erlernen, diese auf den eigenen Körper anzuwenden und harmonisierende und kräftigende Techniken zu erlernen, für sich und andere.

Das Erlernte können Sie in ihrem Berufsbild integrieren, z.B.: bei klassischen Massagen, bei Schönheitsbehandlungen, im Wellness sowie bei therapeutischen, pädagogischen und pflegerischen Bereichen.

Nach diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit mit der Professionellen Klangmassage Ausbildung bei AnKlang weiterzumachen, wo Sie ein Zertifikat erhalten und damit eine neue berufliche Tätigkeit ausüben können.

Beitrag und detailliertes Programm vom Grundkurs und der gesamten Ausbildung unter <https://www.anklang.it/de/professionelle-klangmassage-ausbildung-mit-zertifikat-und-der-grundkurs.html>

Kostenlose Infotreffen gerne auf Anfrage.

### Kurssprache

Deutsch, Italienisch

### Beginn

26.10.2024

### Ende

27.10.2024

### Kurstage

2

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

16:30 Uhr

### Dauer

780 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

AnKlang



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe  
Interessierte

Referent/in  
Anna Matteazzi

Gebühr  
275 € Inkl. Skript und Teilnahmebestätigung

Anmeldeschluss  
25.10.2024

Kursanbieter  
Anna Matteazzi - AnKlang

Detailseite zum Kurs  
<https://www.anklang.it/de/professionelle-klangmassage-ausbildung-mit-zertifikat-und-der-grundkurs.html>

Ansprechperson  
Anna Matteazzi  
Tel. 3394662753  
Email [info@anklang.it](mailto:info@anklang.it)

## Formazione prof. massaggio campane tibetane con certificato Puoi iniziare con il corso base campane tibetane e dopo decidere se continuare

Themenbereich  
Massage

### Kursbeschreibung

Le campane tibetane donano pace e serenità, aiutano contro lo stress e la tensione, liberano da blocchi e aumentano l'equilibrio energetico.

Le campane tibetane sono un ottimo strumento per aumentare il benessere, applicabili con bambini, anziani, persone con disabilità e in aree terapeutiche, educative e infermieristiche, come anche nel settore del benessere e in famiglia.

Con il certificato puoi intraprendere un novo percorso lavorativo.

La formazione è adatta per chi vuole impiegare le campane tibetane nel settore lavorativo o farne una seconda attività professionale, come anche l'uso personale e in famiglia.

Il primo fine settimana si svolge il corso base di campane tibetane, prenotabile anche singolarmente. Poi potrai decidere con calma se continuare con la formazione professionale di massaggio sonoro.

Al termine della formazione riceverai il certificato!



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Già nel corso base imparerai ad usare le campane tibetane sul tuo corpo, fare un rilassamento per la schiena a qualcuno, purificare l'aura, gli ambienti, impari la tecnica di suono ed esercizi per la vita di tutti i giorni e molto altro...

Informazioni dettagliate, date e prezzi su <https://www.anklang.it/it/formazione-massaggio-campane-tibetane-con-certificato-e-il-corso-base.html>

Conferenze informative gratuite su richiesta

Iscrizioni e informazioni: [info@anklang.it](mailto:info@anklang.it) e tel.339466 2753

## Kurssprache

Italienisch

### Beginn

26.10.2024

### Ende

23.03.2025

### Kurstage

11

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

4200 Minuten

## Beschreibung Zeit

Date di tutta la formazione:

- Campane tibetane I il 26 e 27 ottobre (prenotabili anche singolarmente) - diversi appuntamenti durante l'anno!
- Massaggio sonoro II il 13 fino 15 dicembre 2024
- Massaggio sonoro III il 21 fino 23 febbraio 25
- Massaggio sonoro IV il 21 fino 23 marzo 25

Orario il venerdì 15-20 e il sabato e domenica 9-17.

## Ort

## Zielgruppe

## Referent/in

Anna Matteazzi



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

### Gebühr

275 € corso base con dispensa e certificato

### Anmeldeschluss

25.10.2024

### Kursanbieter

Anna Matteazzi - AnKlang

### Detailseite zum Kurs

<https://www.anklang.it/it/formazione-massaggio-campane-tibetane-con-certificato-e-il-corso-base.html>

### Ansprechperson

Anna Matteazzi

Tel. 339 4662753

Email [info@anklang.it](mailto:info@anklang.it)

## HATHA YOGA VINYASA Kurs 2

### Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.

### Kurssprache

Deutsch, Italienisch

### Beginn

04.11.2024

### Ende

09.12.2024

### Kurstage

36

### Beginnzeit

19:35 Uhr

### Endzeit

20:55 Uhr

### Dauer

480 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Frangart-Eppan

Pillhofstr. 37

### Zielgruppe

alle Interessierten



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in  
Elisabeth Mair

Gebühr  
108 €

Anmeldeschluss  
28.10.2024

Kursanbieter  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

[Detailseite zum Kurs](#)

Ansprechperson  
Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

## Rückenfit durch Pilates

Themenbereich  
Gymnastik

### Kursbeschreibung

Stärken wir unseren Rücken mit Pilates. Unabhängig von Alter, Geschlecht und Fitnessstand werden Beweglichkeit und Balance des Körpers wieder in Einklang gebracht. Durch bewusste Atmung, richtige Körperhaltung und fließende Bewegungen in den Übungen können Verspannungen gelöst und Rückenschmerzen vorgebeugt werden.

Kurssprache  
Italienisch, Deutsch

Beginn  
03.10.2024

Ende  
07.11.2024

Kurstage  
6

Beginnzeit  
17:30 Uhr

Endzeit  
18:30 Uhr

Dauer  
360 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe  
alle Interessierten

Referent/in  
Isabella Maier

Gebühr  
90 €

Anmeldeschluss  
31.10.2024

Kursanbieter  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

[Detailseite zum Kurs](#)

Ansprechperson  
Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

## Feldenkrais 1

Themenbereich  
Gymnastik

### Kursbeschreibung

FELDENKRAIS: beweglicher Körper, wacher Geist! Die meisten unserer Angewohnheiten und Bewegungsmuster sind uns nicht bewusst. Sie fühlen sich zwar – aus Gewohnheit – richtig an, doch sie sind nicht immer gesund. Vor allem im körperlichen Bereich spüren wir das irgendwann durch Verspannungen, Rücken- und Kopfschmerzen, Unbeweglichkeit oder Gelenkprobleme. Menschen machen mit FELDENKRAIS erstaunliche und ermutigende Erfahrungen - sie erlernen gesunde und effiziente Bewegungsabläufe, die auf Gehirn und Persönlichkeit wirken. In der Feldenkraisarbeit lernen Sie, ihre Gewohnheiten bewusst wahrzunehmen und zu verändern.

Kurssprache  
Italienisch, Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
10.09.2024

**Ende**  
15.10.2024

**Kurstage**  
36

**Beginnzeit**  
17:00 Uhr

**Endzeit**  
18:00 Uhr

**Dauer**  
360 Minuten

**Beschreibung Zeit**

-

**Ort**  
Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

**Zielgruppe**  
alle

**Referent/in**  
Margit Hrasdil

**Gebühr**  
90 €

**Anmeldeschluss**  
03.09.2024

**Kursanbieter**  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

**Detailseite zum Kurs**

-

**Ansprechperson**  
Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email info@zentrum-tau.it

## Vinyasa und Ashtanga Yoga

**Themenbereich**  
Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

Entdecke die dynamische Welt von Vinyasa und Ashtanga Yoga. Perfekt für alle, die Entspannung suchen und ihre Konzentration verbessern möchten. Außerdem stärkst du deine Kondition, Kraft und Flexibilität, verbesserst deine Haltung und reduzierst Stress für ein zufriedeneres Leben.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Kurssprache**  
Italienisch, Deutsch

<b>Beginn</b> 11.09.2024	<b>Ende</b> 13.11.2024	<b>Kurstage</b> 10
<b>Beginnzeit</b> 19:15 Uhr	<b>Endzeit</b> 20:30 Uhr	<b>Dauer</b> 750 Minuten

**Beschreibung Zeit**

-

**Ort**

Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

**Zielgruppe**

alle Interessierten

**Referent/in**

Vanessa Plattner

**Gebühr**

125 €

**Anmeldeschluss**

-

**Kursanbieter**

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

**Detailseite zum Kurs**

-

**Ansprechperson**

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

## BECKENBODEN die weibliche Mitte

**Themenbereich**

Gymnastik

**Kursbeschreibung**

"Beckenboden – die weibliche Mitte. Unser Beckenboden muss ganzheitlich betrachtet werden. Unsere Mitte muss spürbar sein, wahrgenommen werden und beweglich sein, denn erst dann, kann Kraft entstehen.



## Corsi & Percorsi

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

Er gibt uns Halt, Selbstbewusstsein und spielt eine wichtige Rolle für unsere Sexualität. Viele seelische Leiden unseres Frau-Seins widerspiegeln sich in der Tragfähigkeit des Beckenbodens.

Ergänzt wird der Kurs durch Tipps aus der Naturheilkund, um Frauen natürlich in ihrem Frau-Sein zu begleiten. "

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

## Kurssprache

Italienisch, Deutsch

## Beginn

22.10.2024

## Ende

26.11.2024

## Kurstage

6

## Beginnzeit

00:00 Uhr

## Endzeit

10:30 Uhr

## Dauer

540 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Frangart-Eppan  
Pillhofstr. 37

## Zielgruppe

alle Interessierten

## Referent/in

Anita Runggaldier

## Gebühr

120 €

## Anmeldeschluss

15.10.2024

## Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# HATHA YOGA VINYASA

## KURS 1 Frühjahr

### Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.

### Kurssprache

Deutsch, Italienisch

### Beginn

01.04.2024

### Ende

10.06.2024

### Kurstage

71

### Beginnzeit

18:00 Uhr

### Endzeit

19:20 Uhr

### Dauer

800 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

ZENTRUM TAU  
Pillhofstrasse 37

### Zielgruppe

alle Interessierten gesundheitsbewussten Frauen und Männer

### Referent/in

Elisabeth Mair

### Gebühr

170 € 10 Einheiten zu je 80 Minuten

### Anmeldeschluss

01.04.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs  
<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/begleitung-beratung-therapie>

Ansprechperson  
Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

## HATHA YOGA VINYASA

### gesundheitsbewusste Bewegung

Themenbereich  
Yoga und Körpererfahrung

#### Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.

Kurssprache  
Italienisch, Deutsch

Beginn  
01.04.2024

Ende  
10.06.2024

Kurstage  
10

Beginnzeit  
19:35 Uhr

Endzeit  
20:55 Uhr

Dauer  
800 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
ZENTRUM TAU  
Pillhofstrasse 37

Zielgruppe  
alle gesundheitsbewussten Frauen und Männer

Referent/in  
Elisabeth Mair

Gebühr  
170 € 10 Einheiten zu je 80 Minuten



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Anmeldeschluss

01.04.2024

## Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

## Detailseite zum Kurs

<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/begleitung-beratung-therapie>

## Ansprechperson

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

# Make-Up Artist - corso professionalizzante

## Themenbereich

Körperpflege, Kosmetik

## Kursbeschreibung

Bellezza, fascino, stile... Da sempre il make-up valorizza l'estetica del viso, esaltandone i pregi e le peculiarità e, nel contempo, mascherandone le eventuali imperfezioni.

In un mondo fortemente orientato all'immagine e al linguaggio visivo, il make-up, oltre ad esserne parte integrante, rappresenta anche un'interessante e dinamica opportunità di sbocco professionale.

## Modalità

Il corso make up artist prevede un totale di 90 ore, suddivise in lezioni teorico-pratiche tenute a cadenza settimanale il lunedì presso la sala formazione di via Orazio 39 a Bolzano. Al termine del corso, dopo l'esame conclusivo, comprendente una prova scritta ed una sessione pratica di make up su modella, verrà rilasciato un attestato di competenza con valutazione del docente.

Tetto di frequenza minimo obbligatorio pari all'80%. L'iniziativa è realizzata in collaborazione con RVB LAB Make Up by Diego Dalla Palma Milano.

## Programma

Elementi di cosmetologia, i prodotti professionali e il loro utilizzo, la teoria del colore e la diagnosi cromatica, lo studio della simmetria del viso

l'esame dei volumi, la geometria dell'arcata sopraccigliare, analisi di immagini nella moda, nel cinema e nella vita quotidiana, volto, occhi e labbra: analisi delle caratteristiche morfologiche e loro correzione, l'utilizzo del chiaroscuro e l'applicazione del fard, illusione ottica e correzioni, il trucco di base, il trucco acqua e sapone, il trucco da giorno/sera, il trucco da sposa, il trucco fotografico.

## Kurssprache

Italianisch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
23.09.2023

**Ende**  
05.06.2024

**Kurstage**  
257

**Beginnzeit**  
14:00 Uhr

**Endzeit**  
18:00 Uhr

**Dauer**  
5400 Minuten

### Beschreibung Zeit

13 lezioni settimanali al lunedì dalle 9.30 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00

### Ort

via Orazio 43/a

### Zielgruppe

Tutte le interessate/i, Coiffeur, nail-art, profumerie. , Estetiste, coiffeur, , Estetiste, personale SPA e wellness.

### Referent/in

Giampiero Raise

### Gebühr

1000 € Importo suddiviso in 4 rate trimestrali di 250,00

### Anmeldeschluss

30.05.2024

### Kursanbieter

CESFOR - Centro Studi e Formazione

### Detailseite zum Kurs

<https://www.cesfor.bz.it/corso/make-up-artist-corso-di-formazione/>

### Ansprechperson

Silva Corvetta

Tel. 0471272690

Email [info@cesfor.bz.it](mailto:info@cesfor.bz.it)