

# Kurse

Für die Kurse im Zentrum für Alexander-Technik und Qigong können Sie sich mit dem **beiliegenden Formular** anmelden. Für alle anderen Kurse ist eine Telefonnummer angegeben, unter der Sie sich direkt anmelden können. Wenn Sie Qigong oder Alexander-Technik tiefer gehend kennen lernen möchten, sind **Einzelstunden** auf jeden Fall ratsam. Zusätzliche Informationen finden Sie auf meiner Website [www.bewussterbewegen.de](http://www.bewussterbewegen.de).

Bei weiteren Fragen freue ich mich auf Ihren Anruf.

Zentrum für Alexander-Technik und Qigong

## **Dominik Rollenhagen**

Haus Heuport (Innenhof / 3. Stock)

Domplatz 7, 93047 Regensburg

Tel. 0941 / **56 26 67**

# Qigong

Die Qigong-Kurse finden in Gruppen mit max. 7 TN statt. Eine **Erstattung der Kosten** durch die gesetzlichen Krankenkassen ist möglich. Informieren Sie sich bitte bei Ihrer Krankenkasse. Zu einer kostenlosen Schnupperstunde sind Sie herzlich eingeladen. Fortgeschrittene können jederzeit in die laufenden Kurse einsteigen. Bei Interesse rufen Sie mich bitte an und informieren sich nach dem Kursbeginn. 10 Termine à 75 Minuten kosten 100,- Euro.

## **Fortlaufende Kurse**

**montags** von 16.45 bis 18.00 ab 15. 3., 31. 5.

**dienstags** von 19.00 bis 20.15 ab 26. 1., 13. 4.

**mittwochs** von 10.15 bis 11.30 ab 3. 3., 19. 5.

**donnerstags** von 10.45 bis 12.00 ab 15. 4., 24. 6.

**freitags** von 10.00 bis 11.15 ab 16. 4., 25. 6.

Andere Wunschtermine können evtl. berücksichtigt werden. Dazu mir bitte eine kurze Nachricht schicken.

## **Wochenendkurse**

6. März von 10.00 bis 18.00 und/oder 7. März 2010 von 10.00 bis 14.00

Samstag: 60,- Euro, Samstag und Sonntag: 95,- Euro

**Weitere Termine:** 24./25. April, 19./20. Juni 2010

## **Freitagskurse**

12. Februar von 16.00 bis 19.00, 30,- Euro

**Weitere Termine:** 7. Mai 2010

## **Hesperidengarten**

**Sonntagskurs**, 4. Juli. 2008 von 10.00 bis 18.00, 60,- Euro

Anmeldung bei:

Pauline Adler, Schnaitterhof,

93173 Wenzenbach

[pauline.adler@hesperidengarten.info](mailto:pauline.adler@hesperidengarten.info)

Telefon: 09407 / 3222

# Das stille Qigong

auf Anfrage

# Alexander-Technik

## **Fortlaufende Kurse**

8 Termine à 75 Minuten kosten 80,- Euro

**montags** von 14.30 bis 15.45 ab 15. 3. 2010

**dienstags** von 17.30 bis 18.45 ab 9. 3. 2010

## **Freitagskurse**

19. März, 16.00 – 19.00, 30,- Euro

**Weiterer Termin:** 11. Juni 2010

## **Berufsfachschule für Musik** in Plattling

Geplant für Herbst 2010, weitere Infos bei mir auf Anfrage

## **Alexander-Technik für Reiter**

geplant. Genauere Infos auf Anfrage.

## **Weitere Kurse auf Anfrage**

# Anmeldung

Bitte legen Sie dieser Anmeldung einen Verrechnungsscheck über die Kursgebühr bei oder überweisen Sie die Gebühr auf folgendes Konto: Dominik Rollenhagen; Postbank München, BLZ: 700 100 80, Konto-Nr.: 500 429 801. Ein Kurs ist verbindlich gebucht, wenn Anmeldeformular und Gebühr beim Kursleiter eingegangen sind. Eine Anmeldebestätigung wird nicht verschickt.

Bei Rücktritt innerhalb von 7 Tagen vor Kursbeginn berechne ich die volle Kursgebühr, es sei denn es wird ein Ersatzteilnehmer gefunden. Bitte warme Socken (Parkettboden) und bequeme Kleidung mitbringen.

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem Kurs an:

Kurs, Kursbeginn: Datum und Uhrzeit

Name, Vorname

Strasse

PLZ / Ort

Telefon / Fax

Email

Bezahlung

Per Überweisung

Per Scheck

Datum, Unterschrift