

Anmeldung

Name:

Institut:

Ich nehme an folgendem Kurs teil:

- Wirbelsäulengymnastik **15:00—16:00 Uhr**, BOKU Zentrum
- Wirbelsäulengymnastik **16:00—17:00 Uhr**, BOKU Zentrum
- Wirbelsäulengymnastik **17:00—18:00 Uhr**, BOKU Zentrum
- Feldenkrais—Methode **16:30—18:00 Uhr**, BOKU Zentrum

Datum, Unterschrift

Universität für Bodenkultur Wien

Betriebsrat für das allg. Universitätspersonal
Muthgasse 11 / Stiege 2 / EG
1190 Wien

Telefon: 01 - 47 654-19220
E-Mail: eveline.elwan@boku.ac.at

Einladung zur
Wirbelsäulengymnastik /
Pilates + Entspannung /
Feldenkrais Methode



Liebe Kolleginnen und Kollegen!

Im März starten auch diesmal wieder die Wirbelsäulengymnastik sowie die Feldenkrais Methode - Bewusstheit durch Bewegung

Auch heuer wieder übernimmt die Universität dankenswerter Weise die Hälfte der Kosten für alle Bewegungskurse

Auf Euer Kommen freut sich

ARat Ing. Christian Doringner

Wirbelsäulengymnastik

Termine BOKU Zentrum:

IMMER DONNERSTAGS

März: 5., 12., 19., 26.

April: 2., 16., 23., 30.

Mai: 7., 14., 28.

Juni: 4., 18., 25.

Zeit: 15:00–16:00, 16:00–17:00, 17:00–18:00 Uhr

Ort: Container zwischen Simony Haus
und Guttenberg Haus

Feldenkrais Methode

Termine BOKU Zentrum:

IMMER DIENSTAGS

Februar: 25.

März: 3., 10., 17., 24., 31.

April: 21., 28.

Mai: 5., 12., 19., 26.

Zeit: 16:30–18:00

Ort: Container zwischen Simony Haus
und Guttenberg Haus

Teilnehmerzahl: mind. 7, max. 15 Personen

Ausrüstung: Sportbekleidung, wenn möglich Matten,
Handtuch, (teilw. sind Matten vorhanden)

Kosten:

Der Selbstbehalt für die Wirbelsäulengymnastik richtet sich nach der Anzahl der TeilnehmerInnen und wird voraussichtlich zwischen **€ 60 und € 90** betragen.

Feldenkrais: **€ 96,-**

Schnupperstunde für alle Kurse **kostenlos**

**Die Anmeldung ist verbindlich.
Bei Nichtteilnahme (ohne Abmeldung) sind die
Kurskosten zu bezahlen.**

Anmeldung an Eveline Elwan

Mail: eveline.elwan@boku.ac.at