



In BeWegung setzen

Erleben Sie einmal im Monat abwechslungsreiche und inspirierende Bewegungsmomente. Lernen Sie Methoden oder Themen kennen, die Körper, Geist und Seele bewegen.

**NEUES
FORMAT**

Immer
letzter Samstag
im Monat

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Mitzubringen sind Offenheit und Freude, Neues kennen zu lernen und auszuprobieren.



**NEUES
FORMAT**

Immer
letzter Samstag
im Monat

Okt.

300.02

Gehirnentfaltung und Stressreduktion durch Bewegung

Der Workshop bietet u.a. das Bewegungsangebot der Life Kinetik. Mit viel Spaß und koordinativen, kognitiven und visuellen Aufgaben wird das Gehirn neu herausgefordert.

Alexandra Albert, Physio-Mentaltrainerin

Samstag, 24. Oktober, 11:00–14:00 Uhr, 18 EUR,
Morneweschule, Hermannstraße 21

Nov.

300.03

Bewegungschor

Im Workshop wird ein gemeinsam erarbeitetes Tanzkunstwerk entstehen – ein Bewegungschor. Der schöpferische Prozess beinhaltet eine Vielfalt von Facetten der Bewegungsfindung.

Jungyeon Kim, Tanzpädagogin

Samstag, 28. November, 11:00–14:30 Uhr, 21 EUR,
Ludwig-Georgs-Gymnasium, Halle

**Weitere Informationen
und Anmeldung unter
www.darmstadt.de/vhs,
Telefon (06151) 13-2786**

