

"Creative Movement" - Bewegung im Beethovenpark

Sommerkurs

Kursnummer 26X241411

Beginn Mittwoch, 22.07.2026, 18:00 - 19:30 Uhr

Dauer 6 Termin(e)

Ort Boule Platz im Beethovenpark

Dozent Sabine Klie

Kursentgelt 60,00 €

Gib deiner Wahrnehmung " mit allen "Sinnen" Raum und folge der lebendigen Ausdrucksweise deines Körpers in Bewegungsfreude.

Wir beginnen mit einem sanften WarmUp ; fließen in Sinneswahrnehmungs- und Atemübungen und kreieren spielerisch, tänzerisch und pantomimisch freie und z.T. wiederholbare Bewegungssequenzen.

Neben den allgemeinen gesundheitlichen Vorteilen wie Verbesserung von Kondition und Koordination wird v.a. eine Regulierung des Nervensystems begünstigt, was das Wohlbefinden verbessern , die Lebensfreude anheben und mehr Gelassenheit im Leben da sein lassen kann

Ihr Treffpunkt:: Boule-Platz im Beethovenpark, Nähe Neuenhöfer Allee

Bei leichtem Nieselregen wird ein Alternativprogramm mit einer Kombination von Walken und Gymnastikelementen durchgeführt; bei stärkerem Regen, Sturm, Gewitter findet der Kurs nicht statt.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

22.07.2026 18:00 - 19:30 Uhr Boule Platz im Beethovenpark

29.07.2026 18:00 - 19:30 Uhr Boule Platz im Beethovenpark

05.08.2026 18:00 - 19:30 Uhr Boule Platz im Beethovenpark

12.08.2026 18:00 - 19:30 Uhr Boule Platz im Beethovenpark

19.08.2026 18:00 - 19:30 Uhr Boule Platz im Beethovenpark

26.08.2026 18:00 - 19:30 Uhr Boule Platz im Beethovenpark

[zur Kursdetail-Seite](#)