



# Workshop am So.13.01.2019

**Uhrzeit:** 11.00 – 13.00 Uhr  
**Ort:** Sport & Ballett Neumann  
**Referentin:** Annamaria Daroczi (zertifizierte Nia®-Trainerin)  
**Kosten:** 25 € / Person

Sie erleben die Verbindung von Bewegungen, Theorien und Philosophien östlicher und westlicher Kulturen: Die explosive Kraft traditioneller Kampfsportarten wie Tae Kwon Do und Aikido, das Fließende und die Konzentration von Tai Chi, die Spontaneität der modernen und ethnischen Tänze, die Dynamik des Yoga sowie die thearapeutischen Ansätze der Körpertherapien.

Durch die verschiedenen Bewegungsformen bieten wir Ihnen einen sicheren Weg zu mehr Kraft, Beweglichkeit, Balance und Entspannung sowie ein ausgezeichnetes Herz-Kreislauf-training und führen Sie zu einer verbesserten Körperhaltung.

Wahrnehmen, fühlen, sein lassen, loslassen und sich durch unterschiedliche Musik inspirieren und bewegen lassen...

## Erleben Sie NIA®



**Sport & Ballett Neumann**

Carl-Bertelsmann-Str. 41, 33332 GT, Mail: [info@sbn-gt.de](mailto:info@sbn-gt.de), Tel:05241-12282



# Workshop am So.13.01.2019

## Anmeldung!

Name: .....

Vorname: .....

Str. / Nr.: .....

Plz. / Ort: .....

E-Mail: .....Mobil: .....

Geb.-Datum: .....

Datum:.....Unterschrift:.....

Bei Minderjährigen eines Erziehungsberechtigten



**Sport & Ballett Neumann**

Carl-Bertelsmann-Str. 41, 33332 GT, Mail: [info@sbn-gt.de](mailto:info@sbn-gt.de), Tel:05241-12282