

Handbuch & Bewegungsfreudeprogramm

Liebe Kunden und Interessenten,

es freut mich sehr, Ihnen heute unsere Programmübersicht für das zweite Halbjahr 2019 präsentieren zu können: ‚Druckfrisch‘ erhalten Sie mit dieser Email Ihr Exemplar. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Entdecken unseres Programms.

Mit unserer Programm-Konferenz am 28. Juni, um 16.00 Uhr, begann für die Veranstaltungen der Verkauf. Sichern Sie sich rechtzeitig Ihre Plätze und freuen Sie sich auf faszinierende Stunden.

Bei allen Veranstaltungen geht es - wie immer im Studio ST - um die freie Organisation des integrierten Körpers in der Schwerkraft - in der unseren Kunden altbekannten faszial-gleitenden Bewegungsqualität. Praktische Übungen stehen im Vordergrund, theoretische Erklärungen und so mancher erhellende Blick in anatomische Details runden ab. Am wichtigsten ist: Bewegungsfreude und kindlich-forschende Neugier für Bewegungsabläufe und -qualitäten.

Für die Verfeinerung und den Ausbau der drei ‚Bausteine‘ Körperwahrnehmung(1), Körperbildung(2) und Körperbewegungsgestaltung(3) stehen uns wieder sechs Workshopwochenenden, die monatliche Bewegungswerkstatt, Taiji-Korrekturstunden, InfoStunden, Lectures an den VHS Erfurt, Arnstadt und Ilmenau sowie einzelne projektgebundene Veranstaltungen zur Verfügung.

Jeder der Bausteine hat seinen Anteil an einer geschmeidigen Bewegungsqualität, will im Körper ausgeprägt und realisiert werden. Jeder Teilnehmer arbeitet auf seinem ganz persönlichen Niveau und gleichzeitig gemeinsam in der Gruppe. Ein wohlwollender Austausch über die individuellen Bewegungserfahrungen gehört selbstverständlich zum Lernen dazu. Ein Wochenende ist Reiten - und denen, die sich fürs Reiten interessieren - vorbehalten, in konsequenter Umsetzung der Ergebnisse unserer praxisbasierten Forschungsstudie ‚Rolfing® für Reiter und Pferd‘.

Neu dieses Mal:

1. Unser Folgekurs aus dem Projekt: ‚Rolfing® mees Pilates‘ 1 x monatlich an einem Mittwoch um 16.00 Uhr für eine Stunde.
2. Praktischer Start des Projektes ‚Rolfing meets Yoga‘
3. Wochenendworkshops und Taiji-Korrekturstunden mit mehr als 6 Teilnehmern finden im Pilateszentrum Erfurt statt. So eine Verlegung von Weimar nach Erfurt nötig ist, informieren wir sie spätestens sieben Tage vor Workshopbeginn – also zum Anmeldeschluss.
4. Zulassungen/Audition für die Teilnahme an einer festen Klasse im Jahr 2020, die 2 x monatlich 2,5 Stunden systematisch alle drei o.g. Bausteine im ganzen Körper eng verknüpft und einen ‚rhythmischen Ganzkörper‘ heranzubildet.

Unsere Rabattmöglichkeiten für Sie:

Der im Programm ausgewiesene Frühbuchertarif gilt bis Zahlungseingang 15.7.2019.

Bei Mehrfachbuchungen von/an Wochenenden für ein und denselben Teilnehmer gibt es auf die:

Zweite Veranstaltung 20 % Rabatt

Dritte Veranstaltung 40 % Rabatt

Vierte und jede weitere Veranstaltung 50 % Rabatt

Anmelderroutine:

Nach Eingang der Anmeldung ist Ihr Platz sieben Tage reserviert. Sie erhalten binnen zwei Wochentagen eine Rechnung, nach Zahlungseingang auf unserem Konto ist Ihr Platz verbindlich für Sie gebucht. Ohne Zahlungseingang verfällt die Reservierung des Platzes am achten Tag nach Anmeldungseingang. Bitte beachten Sie dazu auch die AGBs im Anmeldeformular!

Seit dem 25. Mai 2018 gilt die neue EU-Datenschutzverordnung. Gern möchten wir Sie aus diesem Anlass wissen lassen, wie wir Ihre Daten nutzen: Ihren Namen und Ihre E-Mail verwenden wir ausschließlich für das versenden dieses Programms. Wenn Sie auch weiterhin über unsere Veranstaltungen informiert sein wollen, müssen Sie nichts weiter tun. Wünschen Sie dies jedoch nicht, senden Sie uns eine Email an post@silke-thieme.de oder rufen Sie an unter 03643-4950999. Wir werden Ihre Daten dann sofort löschen.

Wir wünschen Ihnen einen wunderbaren Sommer und freuen uns auf Ihren Besuch der Veranstaltungen des Studio ST. Bei Fragen zum Programm und weiteren Anregungen stehen wir gern zur Verfügung.

Herzlichst,

Ihre Grit Silke Thieme /Eure Silke

Inhaltsverzeichnis für dieses BewegungsfreudeProgramm:

- 1 - 2 Einführendes Anschreiben, Inhaltsverzeichnis, Veranstaltungsorte
- 3 Terminübersicht der Formate/Veranstaltungen und jeweilige Veranstaltungsorte
- 4 - 9 Formate, deren ausführliche Beschreibung und Preise
- 10 Anmeldeformular (Nur diese Seite zurücksenden)
- 11 AGB

Veranstaltungsorte:

Weimar: Das Studio ST, Cranachstraße 47

Erfurt: Pilateszentrum Erfurt, Löberstraße 37 und Volkshochschule (VHS)

Römhild: Grabfeld-Reitanlage

Terminübersicht 2.HJ 2019 – laufendes Datum -

Datum	Uhrzeit	Format/Veranstaltung	Ort*	Details
10.07.	14.00 - 14.55	InfoStunde Rolwing® Strukturelle Integration	Erfurt	S. 4
14.07.	10.00 - 16.00	Riding+Consultation Day zu ‚Rolwing® für Reiter u. Pferd‘	Römhild	S. 8
07.08.	16.00 - 16.55	KörperArbeit zu ‚Rolwing® meets Pilates‘	Erfurt	S. 5
08.08.	16.00 - 17.00	InfoStunde Rolwing® Strukturelle Integration	Weimar	S. 4
21.08.	17.00 - 17.55	BewegungsWerkstatt	Erfurt	S. 5
22.08.	17.00 - 18.00	BewegungsWerkstatt	Weimar	S. 5
24./25.08.	09.00 - 13.00	1. Taiji_Kurzform_klassischer Yang Stil Teil_2 (und_1)	Weimar*	S. 6
24./25.08.	13.30 - 17.30	Taiji_Kurzform_klassischer Yang Stil Teil_1	Weimar*	S. 6
02.09.	17.00 - 18.00	Taiji_Korrekturstunde Teil_1	Weimar*	S. 6
09.09.	17.00 - 18.30	LectureSerie Teil_1: Rolwing® Strukturelle Integration	VHS EF	S. 4
11.09.	16.00 - 16.55	KörperArbeit zu ‚Rolwing® meets Pilates‘	Erfurt	S. 5
11.09.	17.00 - 17.55	BewegungsWerkstatt	Erfurt	S. 5
12.09.	17.00 - 18.00	BewegungsWerkstatt	Weimar	S. 5
14./15.09.	09.00 - 13.00	Body_IQ	Weimar*	S. 7
19.09.	17.00 - 18.00	Taiji_Korrekturstunde Teil_2 (und_1)	Weimar*	S. 6 - 7
21./22.09.	09.00 - 16.00	WorkshopSerie ‚Körperarbeit für Reiter Teil_2‘ zu RRP	Römhild	S. 8
30.09.	17.00 - 18.30	LectureSerie Teil_2: Rolf Movement® Integration	VHS EF	S. 4
16.10.	16.00 - 16.55	KörperArbeit zu ‚Rolwing® meets Pilates‘	Erfurt	S. 5
16.10.	17.00 - 17.55	BewegungsWerkstatt	Erfurt	S. 5
17.10.	17.00 - 18.00	BewegungsWerkstatt	Weimar	S. 5
18.10.	18.00 - 21.00	Happy 10 years & neuer Name' Bewegungsfreude Institut'	Weimar	S. 9
19./20.10.	09.00 - 13.00	Body_3	Weimar*	S. 7
21.10.	17.00 - 18.30	LectureSerie Teil_3: Fascial Fitness	VHS EF	S. 4
24.10.	17.00 - 18.00	Taiji_2.Korrekturstunde Teil_2 (und_1)	Weimar*	S. 6 - 7
06.11.	16.00 - 16.55	KörperArbeit zu ‚Rolwing® meets Pilates‘	Erfurt	S. 5
06.11.	17.00 - 17.55	BewegungsWerkstatt	Erfurt	S. 5
07.11.	17.00 - 18.00	BewegungsWerkstatt	Weimar	S. 5
09./10.11.	09.00 - 13.00	Body_Move	Weimar*	S. 8
13.11.	17.00 - 17.55	InfoStunde Rolwing® Strukturelle Integration	Erfurt	S. 4
04.12.	16.00 - 16.55	KörperArbeit zu ‚Rolwing® meets Pilates‘	Erfurt	S. 5
04.12.	17.00 - 17.55	BewegungsWerkstatt	Erfurt	S. 5
05.12.	17.00 - 18.00	BewegungsWerkstatt	Weimar	S. 5
07./08.12.	09.00 - 13.00	Taiji_Kurzform_klassischer Yang Stil Teil_3 (und_1 und_2)	Weimar*	S. 7
07./08.12.	13.30 - 17.30	2. Taiji_Kurzform_klassischer Yang Stil Teil_2 (und_1)	Weimar*	S. 7 - 8
19.12.	16.00 - 17.00	Taiji_3. Korrekturstunde Teil_2 (und_1)	Weimar*	S. 6 - 7
19.12.	17.00 - 18.00	Taiji_Korrekturstunde Teil_3 (und_2 und_1)	Weimar*	S. 7
pre2020	Class2020 – feste Klasse über 1 Jahr laufend	Weimar	S. 4 - 5

Weitere Termine sind auf Anfrage möglich.

* WochenendFormate und Taiji-Korrekturstunden mit mehr als 6 Teilnehmern finden im Pilateszentrum Erfurt statt. So eine Verlegung von Weimar nach Erfurt nötig ist, informieren wir sie spätestens sieben Tage vor Veranstaltungsbeginn

Formate/Veranstaltungen

EinzelFormat

Infostunde Rolfing® Strukturelle Integration

Fokus: **Vortrag/Gespräch** zum Kennenlernen

- drop_in zu jedem Termin möglich -

min 3 / max. 8 TN

Unsere Faszie limitiert die Struktur unseres Körpers und die Struktur limitiert seine funktionalen Möglichkeiten (Bewegungen). Nach Rolfing® Strukturelle Integration und Rolf Movement® Integration ist es möglich, den ganzen Körper selbst auf individuell höherem Level zu organisieren. Daher ist Rolfing® laut Ida Rolf - der Begründerin der Methode - ‚more educational than therapeutical‘ und keine Faszien-Technik im heutzutage verstandenen Sinn.

Sind Sie neugierig geworden? Kommen Sie gern mit Ihren Fragen!

Frühbuchertarif: 12,00 €/Termin | Normaltarif: 15,00 €/Termin

SerienFormat

VHS Erfurt - VortragsSerie

Fokus: **Vortrag mit Fragemöglichkeit** und kurzen, einfachen praktischen Übungen

- drop_in zu jedem Termin möglich; empfehlenswert alle drei Teile, da aufeinander aufbauend – Kleingruppe lt. Bedingungen VHS Erfurt

DreierSerie: Fascial Fundamentals

1. Rolfing® Strukturelle Integration
2. Rolf Movement® Integration
3. Grundlagen und Einführung Faszial Fitness nach Dr. Schleip

Anmeldung, Preis und Zahlung: direkt über VHS Erfurt

SonderFormat

Class2020_Zulassungen & Audition

Fokus: regelmäßige Körperarbeit für einen geschmeidigen Körper

- kein drop_in – geschlossene Klasse -

Kleingruppe mit max. 5 TN

Zulassungen/Audition für die Teilnahme an einer im Januar 2020 startenden festen Klasse, die 2 x monatlich 2,0 Stunden systematisch alle drei Bausteine (Körperwahrnehmung, Körperbildung, KörperBewegungsgestaltung) in allen Segmenten und Tiefenlayern des Körpers eng verknüpft und stufenweise einen geschmeidigen Körper aufbaut. Wir starten im Januar mit dem Thema ‚Füße‘ und enden im Dezember bei ‚rhythmischen Ganzkörpern‘.

Körperarbeitshausaufgaben werden gegeben und sind für den weiteren Entwicklungsverkauf der Klasse unbedingt zu realisieren.

Bestehende Kunden geben einfach ihren Teilnahmewunsch im Anmeldeformular bekannt und werden dann für weitere Absprachen kontaktiert, Neukunden werden vor Teilnahmezusage zu einer KennenlernAudition eingeladen.

Derzeit geplanter Termin: 1.+3. Montag (oder nach Absprache anderer Tag) Jan.-Dez., 17.00 -19.00 Uhr

AuditionPreis: Frühbuchertarif: 45,00 € | Normaltarif: 55,00 €

ClassPreis: monatlich 75,00 € als Einführungspreis ohne weitere Rabatte, inkl. aller weiteren Veranstaltungen

FortlaufendesFormat

KörperArbeit ,Rolfing meets Pilates‘

Fasziale Bewegungsqualität durch Veränderung des ‚pre-movements‘ und seiner ‚cortikalen Anker‘

Fokus: **Körperwahrnehmung/Körperbildung**/KörperBewegungsgestaltung

- drop_in zu jedem Termin möglich - min. 3/max. 10 TN je Termin -

Dieses Format gleicht dem der Bewegungswerkstatt – der Unterschied: die Teilnehmer sind nicht gerolft und haben daher noch kein inneres Körpergefühl für eine ‚Integrierte Struktur‘ eines aktiven Faszienorgans. Das Format nimmt darauf Rücksicht und bezieht sich zudem auf klassische Pilatesübungen.

Es geht nicht darum, von Ort zu Ort zu kommen. Es geht darum, wie - in welcher Qualität -wir von Ort zu Ort kommen. Veränderte Sichtweisen und neue, praktische Erfahrungen zum Verständnis von Bewegung erwarten Euch. Der Unterschied von gelenkiger, muskulärer und faszialer Bewegungsqualität steht immer im Mittelpunkt. Durch mein hochgeschultes Auge für jeden Teilnehmer individuell gesehen und meine versierten Hände wahrnehmbar korrigiert. Bewegungsfreude, zunehmende Klarheit, leichtere Koordination, mehr Ausdruckskraft als stetiger Entwicklungsprozess. Für jedes Alter, von jedem Ausgangspunkt.

Frühbuchertarif: 25,00 €/Termin | Normaltarif: 30,00 €/Termin

FortlaufendesFormat

Bewegungswerkstatt

Fasziale Bewegungsqualität durch Veränderung des ‚pre-movements‘ und seiner ‚cortikalen Anker‘

Fokus: **Körperwahrnehmung/Körperbildung**/KörperBewegungsgestaltung

- drop_in zu jedem Termin möglich - min. 3/max. 6 TN je Termin -

Es geht nicht darum, von Ort zu Ort zu kommen. Es geht darum, wie - in welcher Qualität -wir von Ort zu Ort kommen. Veränderte Sichtweisen und neue, praktische Erfahrungen zum Verständnis von Bewegung erwarten Euch. Der Unterschied von gelenkiger, muskulärer und faszialer Bewegungsqualität steht immer im Mittelpunkt. Durch mein hochgeschultes Auge für jeden Teilnehmer individuell gesehen und meine versierten Hände wahrnehmbar korrigiert. Bewegungsfreude, zunehmende Klarheit, leichtere Koordination, mehr Ausdruckskraft als stetiger Entwicklungsprozess. Für jedes Alter, von jedem Ausgangspunkt.

Frühbuchertarif: 25,00 €/Termin | Normaltarif: 30,00 €/Termin

WochenendFormat

Taiji_Kurzform klassischer Yang Stil

Lebenslang verfeinerbarer Baustein für die eigene tägliche Bewegungsroutine zur Gesunderhaltung

Fokus: Körperwahrnehmung/Körperbildung/**KörperBewegungsgestaltung**

min. 3/max. 9 TN

Bewegungsfluss, Bewegung aus der Mitte, Gewichtsübergang von A nach B, Krafrichtung - das sind die beschreibenden Worte für die im Kurs vermittelte Bewegungsqualität. Welche sich mit der täglichen Gesundheitsübung Taiji lebenslang verfeinern lässt - bis hin zum Moment der körperlichen und geistigen Sammlung für die Transformation des inneren Energiekörpers.

Teil_1 - drop_in -

In diesem Kurs beginnen Anfänger und vertiefen Fortgeschrittene das Erlernen der ersten Sequenz der Kurzform des T'ai Chi Ch'uan, im klassischen Yang Stil. Der Kurs ist für Anfänger und Kenner des ersten Teils - jeder verfeinert seine Bewegungsqualität auf dem Level seiner individuellen Aufnahme-möglichkeit. Anfänger hören mehr auf den reinen Ablauf der Bewegungsfolge, die Bemerkungen zur Ausführungsqualität kommen meist nur bei den Fortgeschrittenen an. Für Menschen jeden Alters, die täglich zu Hause ihre Beweglichkeit und Bewegungsqualität ausbauen wollen.

Frühbuchertarif: 225,00 € | Normaltarif: 240,00 €

Teil_2 - nach zweimaliger Teilnahme am Teil_1 oder persönlicher Absprache -

Wie unter Teil_1, nur wird die zweite (von insgesamt drei) Sequenz der Kurzform erlernt und verfeinert.

Frühbuchertarif: 225,00 € | Normaltarif: 240,00 €

Teil_3 - nach zweimaliger Teilnahme am Teil_2 oder persönlicher Absprache -

Wie unter Teil_1 und _2, nur wird die dritte Sequenz der Kurzform erlernt und verfeinert. Der dritte Teil beendet die Kurzform und Sie werden die Stimmigkeit am Ende des ‚Durchgangs‘ in sich spüren.

Frühbuchertarif: 225,00 € | Normaltarif: 240,00 €

EinzelFormat

Taiji Korrekturstunden

- für Fragen und Feinkorrektur - Optional auch ohne aktuellen Kursbesuch buchen

min. 3/max. 9 TN

Teil_1

- drop_in bei Kenntnis Teil_1-

Frühbuchertarif 25,00 € | Normaltarif 30,00 €

weitere Termine auf Anfrage möglich, gern bei Interesse als Einzelteilnehmer vormerken lassen

Teil_2 inklusive Teil_1

- drop_in zu jedem Termin bei Kenntnis Teil_1 und Teil_2-

Frühbuchertarif 25,00 €/ Normaltarif 30,00 €

weitere Termine auf Anfrage möglich, gern bei Interesse als Einzelteilnehmer vormerken lassen

Teil_3 inklusive Teil_2 und Teil_1

- drop_in zu jedem Termin bei Kenntnis Teil_1, Teil_2 und Teil_3-

Frühbuchertarif 25,00 €/ Normaltarif 30,00 €

weitere Termine auf Anfrage möglich, gern bei Interesse als Einzelteilnehmer vormerken lassen

WochenendFormat

Body_IQ

Somatisches Lernen und somatische Bewegungsarbeit

Fokus: **Körperwahrnehmung**/Körperbildung/KörperBewegungsgestaltung

min. 3/max. 8 TN -

- drop_in -

In Anlehnung an die Körperarbeit ‚Sensory Awareness‘ von Charlotte Selver geht es um das Erforschen unserer Muster für Aktionsbereitschaft und die individuelle Entwicklung unserer Aktionsbereitschaft bei kleinen und kleinsten Bewegungen. Wie organisiere ich persönlich meinen Körper um einen Stein zu heben? Welche typischen Spannungsmuster baue ich auf? Sind diese der Bewegung dienlich? Wieviel Kraft braut es in Fingern, Hand, Unterarm, Oberarm, Schultergelenk dazu? Was kommt dabei als nächstes in mein Spannungssystem? Kopf? Hals? Wirbelsäule?... Sehr intensive Körperwahrnehmungsstunden erwarten Euch!

Frühbuchertarif: 225,00 € | Normaltarif: 240,00 €

WochenendFormat

Body_3

Fascial Fundamentals & somatische Bewegungsarbeit

Fokus: Körperwahrnehmung/**Körperbildung**/KörperBewegungsgestaltung

min. 3/max. 8 TN

- drop_in -

Wir lernen, mit unserem Körpergewicht(!) in die Faszien hinein zu schmelzen, sie dabei „wohlweh“ zu spüren und bewegen, um dann mit neuem Körpergefühl für die langen faszialen Bewegungsketten federnd nach Hause zu gehen. Mit und viel ohne die bekannten Rollen und Bälle. Klassische Anatomie, funktionale Anatomie und Bewegungslehre aus klassischem Sport sowie aus faszialem Blickwinkel werden uns die **Unterschiede der in unserem Körper spürbaren Bewegungsqualität** näher bringen und praktisch erfahrbar machen.

Frühbuchertarif: 225,00 € | Normaltarif: 240,00 €

WochenendFormat

Body_Move

Fasziale Bewegungsqualität im Raum und Bewegungs- und Atemrhythmus dabei

Fokus: Körperwahrnehmung/**Körperbildung**/**KörperBewegungsgestaltung**

min. 3/max. 8 TN

- drop_in -

Beginnend wie Body₃: Wir lernen, mit unserem Körpergewicht(!) in die Faszien hinein zu schmelzen, sie dabei „wohlweh“ zu spüren und bewegen, um dann mit neuem Körpergefühl für die langen faszialen Bewegungsketten federnd nach Hause zu gehen. **Aber ganz ohne die bekannten Rollen und Bälle. Dafür in freier Bewegung im und durch den Raum.** Mit und ohne Musik. Klassische Anatomie, funktional-dynamische Anatomie sowie Grundlagenelemente der Bewegungslehre aus Modern Dance und Ballett werden aus faszialem Blickwinkel praktisch erprobt. Viel Bewegung mit Rhythmik praktisch erfahrbar. Gern dem Kurs Body₃ bereits ‚im Körper haben‘.

Frühbuchertarif: 225,00 € | Normaltarif: 240,00 €

EinzelformatFormat

‚Riding+Consultation Day‘ zum Projekt ‚Rolfing® für Reiter und Pferd‘

- Fokus: **Körperwahrnehmung**/**Körperbildung**/**KörperBewegungsgestaltung** -

Einzeltermine von 10.00 bis 16.00 Uhr im Halbstundentakt möglich

Wir sehen Euch mit Eurem individuellen Thema auf Eurem Pferd oder einem Schulpferd und geben Korrekturen für Reiter (und Pferd). Euch erwartet eine intensive halbe Stunde Training. Silke schaut auf den Reiter und Judith auf das Reiten (Zusammenspiel Reiter und Pferd). Bei Interesse gegen Aufpreis auch mit Video und anschließender Videoauswertung.

Körperarbeit Reiter: Grit Silke Thieme | Umsetzung auf dem Pferd: Judith Gundelwein

Termine, weitere Infos, Preis und Anmeldung:

Judith Gundelwein | Email: info@judith-gundelwein.de | Tel.: 0171 3209212

SerienWochenendFormat

Körperarbeit für Reiter und Pferd Teil_2

- Fokus: **Körperwahrnehmung**/**Körperbildung**/**KörperBewegungsgestaltung** -

min. 6/max. 10 TN - mit und ohne Pferd möglich - nur Vormittagsbuchung nach Absprache möglich

Vormittag: Körperarbeit Reiter - Grit Silke Thieme- Assistenz: Judith Gundelwein

Nachmittag: Umsetzung auf dem Pferd: Judith Gundelwein - Assistenz: Silke Thieme

3-teilige Workshop-Serie

Teil_1 Grundlagen der freien, aufrechten Haltung

Teil_2 Freie Arme, Hüften und Schenkel

Teil_3 Lockerer Hilfenkreislauf/Freier Kopf

Angebot der Workshops im Halbjahresrhythmus – genug Zwischenzeit für Einüben/Verkörpern

Vormittag 9.00 – 13.00 Uhr | Silke Thieme www.silke-thieme.de

Entdecken und Erforschen ihrer Muster für Aktionsbereitschaft

Finden sie ihre individuelle Entwicklung unserer Aktionsbereitschaft bei kleinen/kleinsten Bewegungen

Wie organisieren sie ihren Körper um einen Gegenstand zu heben?

Welche typischen Spannungsmuster bauen sie dabei auf? Sind diese der Bewegung dienlich?

Wie viel Kraft braut es in Fingern, Hand, Unterarm, Oberarm, Schultergelenk dazu?

Was kommt dabei als nächstes in mein Spannungssystem? Kopf? Hals? Wirbelsäule? Hüften? Zehen?

Silke Thieme leitet Übungen an und wird mit ihren geschulten Augen und ihrer Bewegungsexpertise jedem Teilnehmer seine Spannungsmuster verdeutlichen und Anleitung zum Loslassen geben.

Nachmittag 14.00 – 18.00 Uhr | Judith Gundelwein www.judith-gundelwein.de

Praktische Umsetzung des Gelernten auf dem Pferd bei ‚einfachen‘ Reitabläufen.

Weitere Infos und Anmeldung:

Judith Gundelwein | Email: info@judith-gundelwein.de | Tel.: 0171 3209212

EinzelFormat

Happy 10 years & neuer Name ‘Bewegungsfreude Institut Thieme’

Fasziales ☺ Feiern in allen drei Räumen

Fokus: feiern, plaudern, austauschen, essen, sich besser kennenlernen, ... Leben genießen

max. 20 TN

- drop_in_für alle mit Anmeldebestätigung -

Liebe Kunden, feiern Sie mit uns! Feiern, plaudern und genießen in unseren Räumen - wir lassen von der Weimarer Brotklappe und der Fattoria La Vialla (Weingut und Bauernhof in der Toskana) Leckereien liefern und freuen uns auf das die Stunden mit und unter Ihnen!

Frühbuchertarif: 0,00 € | Normaltarif: 0,00 € - Anmeldung unbedingt nötig - ab 20 Personen leider voll!

Anmeldung zu folgenden Veranstaltungen:

Vielen Dank für Dein Interesse! Bitte fülle den Anmeldebogen aus und sende ihn per Post /Email an: Grit Silke Thieme – Das Studio ST, Hauptstr. 70, 99102 Rockhausen oder an post@silke-thieme.de Bitte fülle alle Felder aus, um eine korrekte und schnelle Bearbeitung zu ermöglichen!

Die Terminübersicht ist auf Seite_3 zu finden, folgend die Details zu den Veranstaltungen.

Vorname, Name:

Postleitzahl, Ort, Straße:

Email und Telefon:

Ich bin bereits Kunde des Studio ST: ja/nein

Bist Du ‚gerolft‘? ja/nein

Hast Du Erfahrung mit Körperarbeit? ja/nein

Infostunde Rolfin[®] Strukturelle Integration – Juli/August | Weimar | Erfurt

Infostunde Rolfin[®] Strukturelle Integration - November | Erfurt

BewegungsWerkstatt - August | Weimar | Erfurt

BewegungsWerkstatt - September | Weimar | Erfurt

BewegungsWerkstatt - Oktober | Weimar | Erfurt

BewegungsWerkstatt - November | Weimar | Erfurt

BewegungsWerkstatt - Dezember | Weimar | Erfurt

Körperarbeit ‚Rolfin[®] meets Pilates‘ - August | Erfurt

Körperarbeit ‚Rolfin[®] meets Pilates‘ - September | Erfurt

Körperarbeit ‚Rolfin[®] meets Pilates‘ - Oktober | Erfurt

Körperarbeit ‚Rolfin[®] meets Pilates‘ - November | Erfurt

Körperarbeit ‚Rolfin[®] meets Pilates‘ - Dezember | Erfurt

Taiji Kurzform Teil_1 | Weimar*

Taiji Teil_1 Korrekturstunde | Weimar*

1. Taiji Kurzform Teil_2 | Weimar*

2. Taiji Kurzform Teil_2 | Weimar*

Taiji Teil_2 Korrekturstunde | Weimar*

Taiji Teil_2 2. Korrekturstunde | Weimar*

Taiji Teil_2 3. Korrekturstunde | Weimar*

Taiji Kurzform Teil_3 | Weimar*

Taiji Teil_3 Korrekturstunde | Weimar*

Body_IQ | Weimar*

Body_³ | Weimar*

Body_Move | Weimar*

Class_2020 Audition/Zulassung | Weimar

Happy 10 years & neu ‚Bewegungsfreude Institut Thieme‘ | Weimar

Anmeldungen für Kooperationsveranstaltungen:

‚Riding+Consultation Day‘ zum Projekt ‚Rolfin[®] für Reiter und Pferd‘ www.judith-gundelwein.de

Workshop ‚Körperarbeit für Reiter‘ www.judith-gundelwein.de

Lectures an der VHS Erfurt www.erfurt.de/ef/de/leben/bildung/vhs/index.html

Die Anmeldung sichert Dir für sieben Tage eine Platzreservierung. Binnen zwei Wochentagen bekommst Du eine Rechnung, nach Zahlungseingang ist Dein Platz verbindlich gebucht. Ist nach den sieben Reservierungstagen kein Geldeingang erfolgt, verfällt die Reservierung. Erneute Anmeldung nach einer verfallenen Reservierung kostet eine Bearbeitungsgebühr von 15,00 €. Maßgeblich für den Erhalt eines Kursplatzes ist die Reihenfolge der Anmeldungen mit fristgerechtem Geldeingang. Mit der Anmeldung erkenne ich die auf Seite 11 folgend stehenden AGBs an.

Ort/Datum.....

Unterschrift.....

AGBs (Stand: 31.12.2017)

Die Anmeldung wird mit fristgemäßem Zahlungseingang zur Rechnung gültig.

Anmeldeschluss ist eine Woche vor Kursbeginn. Der Rechnungsbetrag muss zu diesem Zeitpunkt überwiesen sein. Gegebenenfalls anfallende Spesen werden von der TeilnehmerIn übernommen.

Der angegebene Frühbuchertarif gilt bis 15.7.2019 für alle Termine.

Nach Anmeldung sind bei Stornierung

- ab 5 Monate vor Beginn 5 %
- ab 4 Monate vor Beginn 10 %
- ab 3 Monate vor Beginn 20 %
- ab 2 Monate vor Beginn 40 %
- ab 1 Monat vor Beginn 50 %
- ab 14 Tagen vor Beginn 100 %

des Tarifs zu entrichten. Es sei denn, es kann ein/e Ersatzteilnehmer/in gestellt werden. Auch eine Rückerstattung im Krankheitsfall ist nicht möglich. Kurzfristige Absagen oder Absagen zu anderen Erstattungskonditionen kann jede/r Teilnehmer/in privat mit einer Seminarrücktrittsversicherung absichern lassen.

Ab dem Tag des Kursbeginns ist man finanziell für den gesamten gebuchten Kurs verpflichtet.

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr. Versicherung ist Sache der TeilnehmerIn.

Das Studio ST behält sich vor, einen Termin mit weniger als 3 Teilnehmern spätestens 7 Tage vor Kursbeginn abzusagen. In diesem Fall erfolgt eine Rückerstattung des eingezahlten Kursbeitrages.

Widerrufrecht: Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z.B. Brief, Email) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsabschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 §2 in Verbindung mit §1 Abs. 1 und 2 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an: Grit Silke Thieme – Das Studio ST, Hauptstr. 70, 99102 Rockhausen.