

## Pressemitteilung NETZWERK Gesundheit Wittgenstein

### Neue Kurse – Start nach den Osterferien

Nach den Osterferien starten die Kursleiter\*innen im NETZWERK Gesundheit Wittgenstein mit Ihren neuen Kursen. Wir freuen uns sehr unser Angebot im Bereich Schwangeren und Rückbildungs – YOGA, wie auch Kinder YOGA mit unserer neuen Kursleiterin Joanna Schmidt zu erweitern. Des Weiteren wird im Bereich Bewegung für Kinder die „Spielekiste“ mit Daniela Marburger an den Start gehen, so berichtet Geschäftsführerin Marion Noelling. Die erste Stunde im Bereich der Kinderkurse ist eine kostenlose Schnupperstunde, anschließend startet dann der Kurs.

Hier die neuen Kurse im Überblick:

Wochentag:	Kurs:	Uhrzeit:	Kursleiter*in:	Kursstart:
Montag	Vinyasa YOGA – Basic	18.00 – 19.00 Uhr	Katrin Karger	02.05.2022
Montag	Vinyasa YOGA – Intensive	19.15 – 20.30 Uhr	Katrin Karger	02.05.2022
Dienstag	HIIT – High Intensive Interval Training	17.30 – 18.30 Uhr	Nico Hofmann	19.04.2022
Dienstag	PILATES Level 2	19.00 – 20.30 Uhr	Marion Noelling	10.05.2022
Mittwoch	Rückenfitness	17.30 – 18.30 Uhr	Diana Schöneborn	Neuer Kurs erst nach den Sommerferien
Mittwoch	HATHA YOGA	19.00 – 20.30 Uhr	Steffi Bosch	27.04.2022
Donnerstag	PILATES Ganzkörpertraining Level 2	18.00 – 19.30 Uhr	Marion Noelling	12.05.2022
Donnerstag	PILATES Ganzkörpertraining Level 1 (Einsteiger)	20.00 – 21.30 Uhr	Marion Noelling	28.04.2022
Freitag	YOGA Silver (Ü 60)	9.00 – 10.00 Uhr	Steffi Bosch	29.04.2022
Freitag	Fitness 60 plus	10.15 – 11.15 Uhr	Tatjana Lückel	22.04.2022
Freitag	Qigong & Tai Chi	16.00 – 17.30 Uhr	Susanne Beine	29.05.2022
<b>Neu im Programm:</b>				
Mittwoch	Kinder YOGA (Alter 3 – 6 Jahre)	14.30 – 15.30 Uhr	Joanna Schmidt	18.05.2022 (Schnupperstunde kostenlos)
Mittwoch	Kinder YOGA (Alter 7 – 10 Jahre)	16.00 – 17.00 Uhr	Joanna Schmidt	18.05.2022 (Schnupperstunde kostenlos)
Mittwoch	Mamaste – Rückbildungs YOGA für Mamas	10.00 – 11.30 Uhr	Joanna Schmidt	18.05.2022

Samstag	Mamaste – Schwangeren YOGA	9.00 – 10.30 Uhr	Joanna Schmidt	21.05.2022
Montag	Spielekiste	15.00 – 16.00 Uhr	Daniela u. Theresa Marburger	09.05.2022 (Schnupperstunde kostenlos)

Die genauen Kursbeschreibungen findet man auf der Homepage des Vereins unter [www.netzwerk-gesundheit-wittgenstein.de](http://www.netzwerk-gesundheit-wittgenstein.de) / Kurs Plan / Unsere Angebote / Gesundheitssport

Anmeldungen zu den Kursen sind ab sofort möglich. Gerne per E-Mail unter: [kontakt@gesundheitssport-wittgenstein.de](mailto:kontakt@gesundheitssport-wittgenstein.de) oder per Telefon (AB ) unter: 0151 257 123 10