

STOCKKAMPFKUNST IN HEIDELBERG

MIT GABY SCHUMANN

TERMINE 1. HALBJAHR 2023



SPIELERISCH NEUE WEGE ERKUNDEN

SICH SELBST UND ANDEREN BEGEGNEN

KRAFT UND LEBENSFREUDE ERFAHREN

PRÄSENZ UND ACHTSAMKEIT ENTWICKELN

STOCKKAMPFKUNST ERLEBEN

Wir werfen und fangen, erlernen traditionelle Schlagformen und meditative Katas, spielen mit Rhythmen, schulen uns in Achtsamkeit und respektvollem Miteinander. Es geht hierbei nie um Körpertreffer. Die Formen entstammen der philippinischen Kampfkunst Escrima und werden manchmal von Musik begleitet. Mein Unterricht hilft Präsenz zu entwickeln, zentriert und erdet. Im Umgang mit den Stöcken wird der Geist ruhig und wach und wir bekommen Zugang zu unserer Kraft und Lebensfreude.

TERMINE 1. HALBJAHR 2023

WÖCHENTLICHE ABENDGRUPPE

Dienstags 19:30 – 21:00

Ort: 69221 Dossenheim

17. Jan. – 28. März 10 x 90 Minuten Kursgebühr **140,-***/150,-€

18. April – 11. Juli 11 x 90 Minuten Kursgebühr **150,-***/165,-€

Zahlbar in 2 Raten. Kein Unterricht in den Schulferien.

Der 1. Abend kann als **Schnupperstunde** genutzt werden **15,-€**

TAGESWORKSHOPS FÜR ALLE

Sonntag, 5. März · Samstag, 18. Juni jeweils 11:00 – 17:00 Uhr

Ort: Ballettstudio, Hebelstr. 3, HD Kursgebühr je **75,-***/85,-€

*ermäßigt/Frühbucher (Zahlungseingang bis **4 Wochen** vor Kursbeginn)

STOCKKAMPFKUNST-WEITERBILDUNG 2023/24

Körperliche, emotionale und geistige Stärken entwickeln durch achtsames und spielerisches Lernen. Offen für alle Interessierten.

Termine: Sonntag, 15. Okt. · 19. Nov. · 3. Dez. · 14. Jan. · 4. Feb.

Kursgebühren: Frühbucher **375,- €** - bei Zahlungseingang bis **9. Sept. 2023**, danach 425,-€ Ort: Ballettstudio, Hebelstr. 3, HD



KURSLEITUNG: GABY SCHUMANN

Sportpädagogin, Sporttherapeutin.
Stockkampfkunst seit 1994 bei G.Hoffmann Soto u.a., Ausbildung in Tamalpa Life/Art Process bei Anna und Daria Halprin, CA.

Info & Anmeldung: ☎ **0 6221 - 86 28 83**
schumanng@t-online.de

www.gabyschumann.de