

11. Januar 2010

Einladung

zu dem bvv Gesundheitstag am 30. Januar 2010 in Schweinfurt Kraft schöpfen – Ideen sammeln

Sehr geehrter Damen und Herren,
liebe Kursleiterinnen und Kursleiter,

heute möchten wir Sie auf den bvv-Gesundheitstag am 30. Januar 2010
aufmerksam machen.

Die vhs-Gesundheitstage sind ein besonderes Event für Kursleiter und
Kursleiterinnen in der Gesundheitsbildung! Sie bieten in kompakter Form mit
Workshops und Referaten Gelegenheit, neue Entwicklungen und Trends im
Programmbereich Gesundheit in Theorie und Praxis kennen zu lernen. Sie sind
das Forum, um sich mit vielen Kollegen und Kolleginnen auszutauschen.

In der Anlage finden Sie einen detaillierten Seminarablauf sowie ein
Anmeldeformular. Dieser findet von 9.30 -16.30 Uhr in der Volkshochschule
Schweinfurt, Schulthestraße 19 statt und kostet (incl. Mittagsimbiss) 20,- Euro.

Wir würden uns freuen wenn wir Ihr Interesse geweckt haben. Senden Sie uns
das ausgefüllte Anmeldeformular schnellstmöglich zurück, Sie erhalten dann
von uns die Zusage mit Teilnehmerliste und Lageplan.

Bitte verbreiten Sie dieses Angebot auch im Kreis Ihrer Kolleginnen und
Kollegen.

Mit freundlichen Grüßen

Beate Korb
Seminarorganisation
und Verwaltung

Bankverbindung:
Kreis- und Stadtparkasse
Kontonummer 87-164422
BLZ 701500 00

Steuernummer: 143/842/30557

**bvv Gesundheitstag am 30. Januar 2010 in Schweinfurt
Kraft schöpfen und Ideen sammeln**

Mit folgenden Workshops

*** Neue Wege im Yoga anhand des `shake-spear Aktivierungstrainings®**

Neue Wege im Yoga anhand des shake-spear Aktivierungstrainings® werden von Gesundheitspädagogin Gisela Staffort-Hartlieb vorgestellt. Das shake-spear Aktivierungstraining® reduziert die fehlgeleitete Orientierung, die durch erhöhte physische und psychische Mobilität in unserer Gesellschaft ausgelöst wird. Es wirkt mit speziellen Geräten, bei exakter Handhabung durch die Kombination der Aktivierung in der Arbeits- und Haltemuskulatur und gleichzeitiger Beruhigung in den Gehirnwellen im Bereich von 2-4 Hz ausgleichend. Der Workshop bietet Ihnen die Möglichkeit dieses Konzept kennen zu lernen und zu erfahren.

*** QiGong - die ganzheitlich wirksame Gesundheitsvorsorge**

QiGong-Lehrerin Claudia Rausch-Michl gibt eine Einführung in Qigong als eine systematisch aufgebaute, sanfte Methode zur Gesundung und Harmonisierung des ganzen Menschen. Mit seinen langsamen, fließenden Bewegungen ist es ein ganzheitliches Entspannungsverfahren, geeignet für Menschen jeden Alters und Geschlechts. Qigong sorgt durch gelenkten Atem, Bewegung und Meditation für einen körperlichen und seelischen Gleichklang. Sie haben die Möglichkeit die positiven Wirkungen von Qigong zu erspüren und lernen einfache Übungen kennen, die Sie in Ihre Kurse integrieren können.

*** Entwicklungen und Trends in der Gesundheitsbildung**
mit Andreas Eckert

Anmeldung an

Bayerischer Volkshochschulverband
Fäustlestraße 5a
80339 München

Tel.: 089-5027081
Fax: 089-5027082
e-mail: beate.korb@vhsbayern.de

**Hiermit melde ich mich verbindlich für den bvv-Gesundheitstag am
30.01.2010 an Sem. Nr. 10-3010**

Name..... Vorname.....
Straße Ort
Tel. Nr: e-mail.....
BLZ Konto Nr.
Konto Inhaber..... vhs.....
Stempel