



Inneres Gleichgewicht offenbart die Kraft des Ursprungs

Liebe Kursinteressentinnen und Kursinteressenten!

Ich möchte sie wieder herzlich zum **Igoku-Kurs** einladen und bin mir sicher, dass sie auch in diesem Kurs wieder mehr als „nur“ die vielfältigen **Meridian- und Bewegungs-Übungen** lernen und wiederholen. Sie lernen auch das eine oder andere über sich selbst, und die **ganzheitliche Betrachtungsweise**, die Ihnen **sowohl im Beruf, als auch privat** in verschiedenen Situationen **helfen kann, stressfreier** mit Ihren täglichen Herausforderungen umzugehen. **Und alles mit einer Portion Spaß!** 😊😊

Die Kurse finden **immer mittwochs** jeweils von **16:30 bis 18:00 Uhr** und von **18 bis 19:30 Uhr** statt.

Der Einstieg und das Mitmachen sind jederzeit möglich!

Mein Angebot stellt sich wie folgt zusammen:

Für **jeweils 12,- € pro Kurseinheit** können sie **einzelne Termine** spontan und kurzfristig mitmachen. Buchen Sie **einen Block (10 Einheiten innerhalb von 12 Kursterminen)** sparen Sie **20,-€** gegenüber Einzelbuchungen.

Der **10er-Block** (jeweils 90 Min.) ist für **nur 100,-€** erhältlich.

Da der Raum im Gemeindezentrum Festung nur für eine bestimmte Teilnehmerzahl Platz bietet, **melden sie sich bitte vorher! Entweder per Telefon, SMS, WhatsApp, per Mail oder über meine Website!** Kommen Sie in **sportlicher Bekleidung** (Jogger, etc.) und bringen Sie eine **Matte** mit.

Sollten Sie noch Fragen haben, stehe ich Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung. Sie dürfen diese Information natürlich auch an Freunde und Bekannte weiterleiten.

Ich freue mich über Ihre Anmeldung und darauf **mehr Bewegung ins Leben** zu bringen – und das nicht nur auf **körperlicher Ebene**, sondern auch **mental und emotional**. 😊😊

Stefan Metzler

Diplomierter Shiatsu-Praktiker,
Igoku-Trainer & TFH-Kinesiologe

9020 Klagenfurt
Mobil: 0660 21 21 205
E-Mail: office@igoku.at
Web: www.igoku.at



Anfahrt zum Gemeindezentrum Festung
Strutzmannstrasse 17, 9020 Klagenfurt

