

PRESSE-MELDUNG

AWO Familienbildung:

Freie Plätze für Tango Argentino, Taiko und Autogenes Training

Die AWO-Familienbildung bietet Kurse an, durch die die dunkle Jahreszeit fröhlicher wird:

Im Kurs **Autogenes Training** lernen Teilnehmer, Ruhe und Entspannung zu finden. Die Übungen sind sehr gut auch im Alltag anzuwenden.

8 Termine: montags, 22.02.-25.04.2016

Uhrzeit: 19:30-21:00 Uhr

Ort: AWO-Familienbildungsstätte, Bügelstr. 25, 46240 Bottrop

Kursleitung: Manuela Hluchnik

Kosten: 56,00 €

Beim **Taiko-Workshop** werden auf traditionellen Taiko-Trommeln (z.B. Okedo, Shime Daiko oder Hira Daiko) kurze Rhythmusfolgen gespielt.

1 Termin: Samstag, 13.02.2016

Uhrzeit: 11:00-15:00 Uhr

Ort: AWO-Familienbildungsstätte, Bügelstr. 25, 46240 Bottrop

Kursleitung: Jürgen Klatt

Kosten: 49,00 €

Im Kurs **Tango-Argentino** erleben die Teilnehmer/innen die ersten Schritte beim Führen und Geführt werden, eine aufrechte und entspannte Haltung und ausdrucksvolle und harmonische Bewegungsabläufe.

1 Termin: Sonntag, 14.02..2016

Uhrzeit: 15:30-17:30 Uhr

Ort: AWO-Familienbildungsstätte, Bügelstr. 25, 46240 Bottrop

Kursleitung: Maria Siebert-Güner

Kosten: 14,00 €

Nähere Infos und Anmeldungen im AWO-Stadtbüro, Gladbeckerstr. 22,
Telefon 02041/ 70949-23

Bottrop, 6.2.2016