

NEW GENERATION DANCE

Begegnung für Tanz und Entspannung

Diana Heymann

Tanz-Entspannungspädagogin

Dozentin für Tanz in Schulen, Massagetherapeutin

Lipper Berg 15, 50181 Bedburg

Mobil: (0) 1714958272

Tel.: (0) 2272 9990277



d.heymann@new-generation-dance.de | www.new-generation-dance.de

Kursplan Januar 2026 New Generation Dance

Feel Good Massagen	Montag	Mittwoch	
Massagen von Dienstag bis Freitag			
Kräuterstempel Garshan - Seidenhandschuh Massagekerzen Tibetanische Honigmassage Aromaöl Bellabambi	 18.15 -19.00 Uhr Bitte eine Decke und ein Handtuch mitbringen Kurs 1	 18.15 -19.00 Uhr Bitte eine Decke und ein Handtuch mitbringen Kurs 3	
Massagen nach Terminabsprache Ladies like	 19.15 -20.00 Uhr Bitte ein Decke und ein Handtuch mitbringen Kurs 2		

Montag Zeitraum: **19.01.26-22.06.26**

Kurs 1:	Yin Yoga + Relax	19 x	Betrag: 133,00 Euro
Kurs 2:	Yin Yoga + Relax	19 x	Betrag: 133,00 Euro

Mittwoch Zeitraum: **21.01.26-24.06.26**

Kurs 3:	Yin Yoga + Relax (Maximale Teilnehmerzahl 8)	18 x	Betrag: 126,00 Euro
---------	---	------	---------------------

DER ULTIMATIVE GUIDE

YIN

YOGA

Yin Yoga ist ein eher **passiver Yogastil**, beim dem die Positionen lange gehalten werden. Beim Yin Yoga liegt der Fokus mehr auf den tieferen Körperschichten wie Gelenken, Bändern, Sehnen und vor allem auf den **Faszien**, weniger auf den Muskeln. Wir geben uns dabei ganz der **Schwerkraft** hin mit dem Ziel des **Loslassens** auf allen Ebenen, körperlich, geistig und seelisch. Anschließend runden wir dies mit einer Traumreise ab, um wieder frisch und fit in den Alltag zu kommen.

Sicher dir deinen Platz für den neuen Kurs😊

Kursanmeldung 2026 – New Generation Dance

Anmeldung für Kurs Nr: _____

Name: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

Telefonnummer: _____

§1 Umfang

Der Kurs umfasst die ausgeschriebenen Stunden. Falls eine Stunde seitens des Lehrers ausfallen sollte, wird diese nachgeholt.

§2 Eigenhaftung

Die/der Teilnehmer ist für die Schäden, die während des Kurses, durch sein/ihr Verschulden entstehen, selbst haftbar.

§3 Kosten

Die Kosten des Kurses sind vor Antritt fällig. Der Betrag wird **Bar vor Beginn der ersten Stunde erfolgen**.

§4 Anmeldung

Die Anmeldung muss schriftlich erfolgen und ist **rechtsverbindlich**. Sie verpflichtet zur Zahlung des Beitrages. **Bei nicht Teilnahme am Kurs aus privaten Gründen ist der volle Beitrag zu entrichten!**

Ort/Datum _____

Unterschrift: _____