



Hula Hoop Flow im Februar

3-teiliger Kurs

DIENSTAGS

VON 18.30 - 20 UHR

TERMINE: 03., 17. & 24. FEBRUAR

WO: IM HAUS -ZUM WOHL ZENTRUM
RADENTHEIN

Was dich erwartet:

- **On-Body-Tricks** (am Bauch)
- **Off-Body-Tricks** (Arme, um den Körper herum)
- **Transitions** (Übergänge zwischen On- & Off-Bodytricks)

Mitzubringen

- Wohlfühl- Kleidung
- Trinkflasche
- Hoops stehen zur Verfügung

Preis

75 € pro Teilnehmer/in
für alle 3 Termine

Infos

www.haus-zumwohl.at

Infos und Anmeldung

Verena : 0699/ 11049382

verena.schoepl@gmx.at

Teilnehmer/innenzahl auf 5

beschränkt



Verena ist zertifizierte Hula Hoop Trainerin und Feuerspielerin. Nach ihrem Dasein als Hortpädagogin und Volksschullehrerin ist sie selber wieder in die Welt des Spiels eingetaucht. Neben dem Hula Hoop, integriert sie auch Poi, Fächer und andere Tools aus den **Flow Arts.**

Der Hula Hoop gibt ihr ein Gefühl von **Leichtigkeit** und **Lebendigkeit**, die sich einfach im Alltag, auch als Mama, mit dem Hoop integrieren lässt. Ihr Wunsch ist es die vielen Möglichkeiten über das Bauchhooping hinaus näher zu bringen und ihre **Freude** damit zu **teilen.**

Das kreative Bewegen mit dem Hoop intensiviert das Körperbewusstsein, macht dich sichtbar, verbindet Körper und Gehirn, stärkt die Tiefenmuskulatur und fördert das Selbstbewusstsein und **SPIELFREUDE!**

