

## Preise und Kurseinheiten im Forum für Bewegung und Entspannung Ursula Knopf in Ottersweier

Die Block-Kurseinheiten sind zusammenhängend, d.h. 10 Kurseinheiten sind ohne Unterbrechung innerhalb von 10 Wochen zu absolvieren, diese Regelung gilt für alle Block-Kurseinheiten. Ich bitte um Ihr Verständnis: Es besteht kein Anspruch, entschuldigte oder unentschuldigte Versäumnisse – egal aus welchem Grund - nachzuholen. Siehe Anmelde- und Teilnahmebedingungen.

### Qi Gong 8 Brokate / Lotusblüten Qi Gong

#### Anfänger-Kurse

10 Kurseinheiten á 90 Minuten 130 Euro

#### Fortsetzungskurs

10 Kurseinheiten á 90 Minuten 120 Euro  
7 Kurseinheiten á 90 Minuten 95 Euro  
5 Kurseinheiten á 90 Minuten 70 Euro  
1 Kurseinheit á 90 Minuten 16 Euro

Innerhalb von 2 Monaten nach Anfängerkurs

### Qi Gong „Die weise Eule“ für Seniorinnen/Senioren oder Menschen mit Handicap

#### Anfänger-Kurs

5 Kurseinheiten á 60 Minuten 65 Euro

#### Fortsetzungskurs

5 Kurseinheiten á 60 Minuten 60 Euro

1 Kurseinheit á 60 Minuten 13 Euro

Innerhalb von 2 Monaten nach Anfängerkurs

### Beckenboden-Training Kursangebot für Frauen oder Männer - Prävention

6 Kurseinheiten á 75 Minuten 95 Euro

### Beckenboden-Training Einzelunterricht

**Empfehlung: Beckenboden-Kompakt-Angebot: 4 Einzelsitzungen á 60 Minuten – 199 Euro**

### Beckenboden-Training Einzelunterricht Paare

Für Ehepaare, Freundinnen, Freunde, Geschwister, Mutter/Tochter, Vater/Sohn oder andere Konstellationen, die gemeinsam einen Kurs buchen möchten. 4 Termine á 60 Minuten - **Pro Person 130 Euro**

**Beckenboden-Auffrischungs-Kurseinheit** mit 90 Minuten á 14 Euro (innerhalb einer Gruppe)

#### Fitness-Kurse

10 Kurseinheiten á 60 Minuten 105 Euro

#### Fortsetzungskurs

10 Kurseinheiten á 60 Minuten 95 Euro  
8 Kurseinheiten á 60 Minuten 90 Euro  
5 Kurseinheiten á 60 Minuten 60 Euro  
1 Kurseinheit á 60 Minuten 13 Euro

#### Anfängerkurs

Innerhalb 2 Monate nach Kursende

**Klangschalen-Reise / Mantra-Singen** 90 Minuten 14 Euro (innerhalb einer Gruppe)

#### Einzelberatung und Einzelunterricht

30 Minuten 35 Euro 45 Minuten 45 Euro 60 Minuten 55 Euro 90 Minuten 75 Euro

**Paarunterricht** (pro Paar) 60 Minuten 70 Euro 90 Minuten 90 Euro

In der Regel sind meine Kursangebote, Anwendungen und Massagen private Leistungen.

Stand 1/2021

Mit Erscheinen dieser Liste verlieren alle zuvor erschienenen Listen ihre Gültigkeit.

