



## GYROKINESIS®

### SOMMERWORKSHOP 2024

Dienstag 16. Juli – Donnerstag 18. Juli / 19.00 – 21.00 Uhr

Kursleitung: Regula Diener

- Ort**                      **Atelier 17**  
**Tanz und Bewegung , GYROTONIC® Raum Süd**  
**Werkhofstrasse 17**  
**4500 Solothurn**
- Preis**                      **150.- ganzer Kurs, Einzellektionen 60.-**  
Zahlbar vor Kursbeginn auf PC Kto.Nr. 30-97217-7 Regula Diener, Langendorf  
CH03 0900 0000 3009 7217 7  
( Vermerk Sommerkurs 2024) oder am 1. Kurstag
- Anmeldung**              **Mit Talon an: Regula Diener**  
**Berletzmattweg 14, 4513 Langendorf**

Gyrokinesis® wurde am Anfang der achtziger Jahre vom amerikanischen Tänzer und Yogalehrer Juliu Horvath zusammen mit Tänzern erarbeitet. In dieser Trainingsform ist die Kombination zwischen Kraftentwicklung, Beweglichkeit und Ausdauer ideal. Das Nervensystem wird gestärkt. Diese Bewegungsarbeit richtet sich ebenso an professionelle Tänzer/Innen und Sportler/Innen wie auch an Laien aller Altersstufen.

Regula Diener: Diplom als Krankenschwester. Tanzpädagogin seit 40 Jahren. Certif. Teacher Gyrotonic Expansion System®. Level 1+2, Certif. Teacher Gyrokinesis® Level 1 und Level 2 Beginners, Teacher Jumping Stretching Board

---

### Anmeldung Gyrokinesis® Sommerkurs 2024

- Name / Vorname:** .....
- Strasse:** .....
- PLZ/Ort:** .....
- Tel. / Natel** .....
- Datum/Unterschrift:** .....