



Hamburger Volkshochschule | Schanzestraße 75-77 | 20357 Hamburg

Frau
Martina Kobs-Metzger
Kehrwieder 2
22941 Bargteheide

Teilnahmebescheinigung

Frau Martina Kobs-Metzger

hat an der Veranstaltung regelmäßig teilgenommen:

Gut in Form - das Brigitte Balance Programm in der VHS

Es wurden folgende Inhalte im Kurs vermittelt:

Einführung in das Brigitte-Balance-Kursangebot im Rahmen der Kooperation der Volkshochschulen mit der Zeitschrift Brigitte. Neben der inhaltlichen Einführung wird die methodisch-didaktische Umsetzung vermittelt und Beispiele für die Integration von Bewegungs- und Entspannungsübungen erlebt und reflektiert.



Programmabteilung

Schanzestraße 75-77

D-20357 Hamburg

Tele: +49(40)428 41-3758

Fax: +49(40)428 41-1523

www.vhs-hamburg.de

Hamburg, 18.11.2009

für die VHS


Kursleitung

Christiane de Jong