

STOCKKAMPFKUNST IN HEIDELBERG

MIT GABY SCHUMANN

TERMINE 1. HALBJAHR 2025



SPIELERISCH NEUE WEGE ERKUNDEN

SICH SELBST UND ANDEREN BEGEGNEN

KRAFT UND LEBENSFREUDE ERFAHREN

PRÄSENZ UND ACHTSAMKEIT ENTWICKELN

STOCKKAMPFKUNST ERLEBEN

Wir werfen und fangen, erlernen traditionelle Schlagformen und meditative Katas, spielen mit Rhythmen, schulen uns in Achtsamkeit und respektvollem Miteinander. Es geht hierbei nie um Körpertreffer. Die Formen entstammen der philippinischen Kampfkunst Escrima und werden manchmal von Musik begleitet. Mein Unterricht hilft Präsenz zu entwickeln, zentriert und erdet. Im Umgang mit den Stöcken wird der Geist ruhig und wach und wir bekommen Zugang zu unserer Kraft und Lebensfreude.

TERMINE 1. HALBJAHR 2025

Veranstaltungsort: 69221 Dossenheim bei Heidelberg

WÖCHENTLICHE ABENDGRUPPE Dienstags 19:30 – 21:00

21. Jan. – 8. April 11 x 90 Minuten Kursgebühr **155,-***/165,- €

29. April – 15. Juli 10 x 90 Minuten Kursgebühr **140,-***/150,- €

Kein Unterricht in den Schulferien. Zahlbar in 2 Raten.

Der 1. Abend kann als **Schnupperstunde** genutzt werden **15,- €**

NEU: SCHNUPPERWORKSHOP

Sonntag, 26. Jan. 11:00 – 14:30 Uhr Kursgebühr **45,-***/55,- €

Einstieg in die Abendgruppe im Anschluss möglich.

TAGESWORKSHOPS FÜR ALLE

Sonntag, 23. März

jeweils 11:00 – 17:00 Uhr

Sonntag, 18. Mai

Kursgebühr je **80,-***/90,- €

***ermäßigt/Frühbucher** (Zahlungseingang bis **3 Wochen** vor Kursbeginn)

STOCKKAMPFKUNST-WEITERBILDUNG 2025/26

Körperliche, emotionale und geistige Stärken entwickeln durch achtsames und spielerisches Lernen. Offen für alle Interessierten.

Termine: Sonntag, 26. Okt. · 16. Nov. · 14. Dez. · 18. Jan. · 15. Feb.

Kursgebühren: **Frühbucher 398,- €** bei Zahlungseingang bis

26. Sept. 2025, danach 450,- € Ort: 69221 Dossenheim bei HD



KURSLEITUNG: GABY SCHUMANN

Sportpädagogin, Sporttherapeutin.

Stockkampfkunst seit 1994 bei G. Hoffmann

Soto u.a., Ausbildung in Tamalpa Life/Art

Process bei Anna und Daria Halprin, CA.

Info & Anmeldung: ☎ 0 6221 - 86 28 83
schumanng@t-online.de

www.gabyschumann.de