

# Gyrokinesis®

Tanz

Bewegung

im thevo-raum

Yoga

Theater

Musik

Der Probenraum des Theaters thevo wird für unterschiedliche Bewegungsangebote genutzt. Neben einem wöchentlichen Kursprogramm finden workshops am Wochenende mit DozentInnen aus dem In- und Ausland statt.

## Wöchentliches Kursprogramm:

### Iyengar Yoga und Vijnana Yoga

mit Ute Kaiser [www.yoga-info-nuernberg.de](http://www.yoga-info-nuernberg.de)

mit Barbara Dühr [www.yoga-barbara-duehr.de](http://www.yoga-barbara-duehr.de)

mit Eve Krenz [www.eve-krenz-yoga.de](http://www.eve-krenz-yoga.de)

mit Yvonne Kosmann [www.yoga-zentrum-nbg.de](http://www.yoga-zentrum-nbg.de)

### Gyrokinesis® ist eine systematische Methode, die den Körper ganzheitlich trainiert

mit Irmela Bess [www.irmela-bess.de](http://www.irmela-bess.de)

### 5 Rhythmen®, Tanz der Seele

mit Sophia Käss [www.5rhythmen-nuernberg.de](http://www.5rhythmen-nuernberg.de)

### Tanz, Ton, Theater (TTT), professionelles Theatertraining

mit Theater thevo e.V., [www.thevo.de](http://www.thevo.de)

Termine, inhaltliche Angaben und Preise der Kurse finden Sie unter den jeweiligen Webadressen.

### Infos zu weiteren Workshops unter [thevo.de](http://thevo.de)

Auch Sie können den hellen, 80 m² großen Raum mit Holzschwingboden für ihr Bewegungs- oder Therapieangebot nutzen. Eine Teeküche und ein Garderobenraum ermöglichen intensive und angenehme Wochendseminare. Musikanlage, Stühle, Decken, Matten, Meditationskissen sowie weitere Yogahilfsmittel sind vorhanden.

## Kontakt:

Theater thevo e.V. | Siegfriedstr. 20 (RG) | 90461 Nürnberg

Tel. 0911 26 53 24 | [www.thevo.de](http://www.thevo.de) | [alex@thevo.de](mailto:alex@thevo.de)



# Im thevo-raum finden ein wöchentliches Kursprogramm und wechselnde Workshops statt:

Mo	17.45–19.15	<b>Yoga</b> Ute Kaiser <a href="http://www.yoga-zentrum-nbg.de">www.yoga-zentrum-nbg.de</a>
	19.30–21.00	<b>Yoga</b> Yvonne Kosmann <a href="http://www.yoga-zentrum-nbg.de">www.yoga-zentrum-nbg.de</a>
Di	18.00–19.30	<b>Gyrokinesis®</b> Einsteiger Irmela Bess <a href="http://www.irmela-bess.de">www.irmela-bess.de</a>
	19.45–21.15	<b>Gyrokinesis®</b> Fortgeschrittene Irmela Bess <a href="http://www.irmela-bess.de">www.irmela-bess.de</a>
Mi	10.00–11.30	<b>Yoga</b> Ute Kaiser <a href="http://www.yoga-info-nuernberg.de">www.yoga-info-nuernberg.de</a>
	17.00–19.00	<b>Yoga</b> Ute Kaiser <a href="http://www.yoga-info-nuernberg.de">www.yoga-info-nuernberg.de</a>
	19.30–21.15	<b>5 Rhythmen®</b> Sophia Käss <a href="http://www.5rhythmen-nuernberg.de">www.5rhythmen-nuernberg.de</a>
Do	9.30–11.00	<b>Yoga</b> Eve Krenz <a href="http://www.eve-krenz-yoga-in-nuernberg.de">www.eve-krenz-yoga-in-nuernberg.de</a>
	17.45–19.15	<b>Yoga</b> Barbara Dühr <a href="http://www.yoga-barbara-duehr.de">www.yoga-barbara-duehr.de</a>
	19.30–21.00	<b>Yoga</b> Barbara Dühr <a href="http://www.yoga-barbara-duehr.de">www.yoga-barbara-duehr.de</a>
Fr	10.00–13.00	<b>ttt, Tanz, Ton, Theater</b> Professionelles Theatertraining Theater thevo <a href="http://www.thevo.de">www.thevo.de</a>
	17.00–19.00	<b>Regeneratives Yoga</b> Ute Kaiser, 1x monatlich, Termine unter <a href="http://www.yoga-info-nuernberg.de">www.yoga-info-nuernberg.de</a> Eve Krenz, 1x monatlich, Termine unter <a href="http://www.eve-krenz-yoga-in-nuernberg.de">www.eve-krenz-yoga-in-nuernberg.de</a>
Sa	10.00–13.00	<b>Yoga 1x monatlich</b> Ute Kaiser Termine unter <a href="http://yoga-info-nuernberg.de">yoga-info-nuernberg.de</a>
Sa und So		<b>Wochenend Workshops</b> in allen Bereichen mit unterschiedlichen DozentInnen, siehe <a href="http://www.thevo.de">www.thevo.de</a>



Theater von Menschen für Menschen e.V.  
Bewegung im thevo-raum  
Siegfriedstraße 20 RG | 90461 Nürnberg  
tel. 0911 26 53 24 | [www.thevo.de](http://www.thevo.de)