

Workshops 2026

Sektion Dietlikon

vitaswiss
bewegt Menschen

Rücken Fit Mittwoch 09.00 – 09.55 Uhr

Kurs 1	25.02./04.03./11.03./18.03./25.03.2026
Kurs 2	06.05./13.05./20.05./27.05./03.06.2026
Kurs 3	19.08. bis 16.12.2026

Feldenkrais Dienstag 10.05 – 11.00 Uhr

Kurs 1	06.01./13.01./20.01./03.02./24.02./10.03.2026
	18.08./25.08./01.09./15.09./22.09./29.09.2026

Mittwoch* 18.15 – 19.15 Uhr

Kurs 2* abends	07.01./14.01./21.01./04.02./25.02./11.03.2026
	19.08./26.08./02.09./16.09./23.09./30.09.2026

Tai Ji Donnerstag* 19.30 – 20.30 Uhr

Kurs 1* abends	26.02./05.03./12.03./19.03.2026	Tai Ji (Kennenlernen)
Kurs 2* abends	11.06./18.06./25.06./02.07.2026	Tai Ji (Kennenlernen)
Kurs 3* abends	20.8. bis 17.12.2026	Tai Ji (Vertiefung)

Entspannung Mittwoch* 18.00 – 19.15 Uhr

Kurs 1* abends	18.03./25.03./01.04./08.04./15.04.2026
Kurs 2* abends	28.10./04.11./11.11./18.11./25.11.2026

Faszien nach L&B Freitag 09.30 – 11.00 Uhr

Kurs 1	30.10. / 06.11. / 13.11. und 20.11.2026 (Ganzer Körper)
--------	---

Infos und Anmelden unter www.vitaswiss-dietlikon.ch