

Alle unsere Kurse und Workshops
finden hier statt:

Institut Horizont
Trauttmansdorffgasse 19/8
1130 Wien

7 Gehminuten von U4 Hietzing bzw.
eine Strassenbahnstation 60 & 62
(dann 2 Gehminuten)

Für Anmeldung und Fragen zu den
Kursen kontaktieren Sie bitte die
Kursleiter/innen.

Details zu den Kursen finden Sie auf
unserer Homepage
www.horizont-institut.at

Institutsleiterinnen
Mag. Barbara Strasser
0676 474 16 84
Dr. Gabriele Graf-Knappitsch
0699 195 70 449
www.horizont-institut.at

Therapien – Ordination – Einzelstunden

PSYCHOTHERAPIE / PSYCHIATRIE

Mag. Barbara Strasser / 0676 47 41 684 /
bs.horizont@gmx.at
Jugendl. & Erwachsene / Deutsch, Französisch, Englisch, Ital.
Dr. Gabriele Graf-Knappitsch / 0699 19 57 04 49 /
gk@horizont-institut.at / Jugendliche & Erwachsene
Constanze Hölzl MSc / 0676 53 83 489 / [constanzehoelzl@](mailto:constanzehoelzl@hotmail.com)
www.constanzehoelzl-psychotherapie.com /
Integrative Gestalttherapie
Fabian Knappitsch / 0681 84150 666 / [knappitschfabian@](mailto:knappitschfabian@gmail.com)
gmail.com / Personenzentrierte Psychotherapie
Dr. Robert Walter-Herz / 06642801624 / Facharzt für
Psychiatrie, Psychotherapeutische Medizin und Neurologie /
Wahlarzt / Termine nach Vereinbarung

KÖRPERKLUG BEWEGEN

Gesunde Wirbelsäule / Leichter laufen / Atem-Tiefe / Augen-
Entspannung
Mag.a Britta Lindenbauer / 0650 528 00 10 /
www.koerperklug.com

REIKI UND COACHING / REIKI

Annette v. Hinte-Gruber / 0680 21 58 754 /
annettevhg@hotmail.com
Anna Schabasser / 0699 19 21 93 31 /
schabasseranna@gmail.com

COACHING / MENTORING

Mag. Kathrin Hansen / 0664 847 86 58 / [kathrin.hansen@](mailto:kathrin.hansen@hochform.at)
www.hochform.at / www.hochform.at / Karriereberatung & Coaching

TANZ

Dimitar Stefanin / 0660 39 76 191 / [office@dimitarstefanin.](mailto:office@dimitarstefanin.com)
[com / https://dimitarstefanin.simplybook.it/v2/#book](http://dimitarstefanin.simplybook.it/v2/#book)

KLANGMASSAGE/ KLANGBAD in Einzelsitzung

Monica Samana Messner / +43 676 7610 767
soundismedicine.at / Erwachsene/ Kinder/ Schwangere

GANZHEITLICHE PSYCHOLOGIE TRAUMATHERAPIE

Mag. Kerstin Koch / klinische und Gesundheitspsychologin
kontakt@kerstinkoch.at/www.kerstinkoch.at



HORIZONT-INSTITUT.AT
PSYCHOTHERAPIE | REIKI
MEDITATION | YOGA |
SCHWANGERENYOGA
MUTTER-KINDYOGA |
KOERPERKLUG | COA-
CHING | MENTORING |
KLANGMASSAGE |
PILATES | TANZ

Unsere aktuellen Kurse, Seminare, Vorträge und
Workshops sind auf unserer Homepage ersichtlich.
Institut für Körper & Psyche,
Trauttmansdorffgasse 19/8, 1130 Wien
www.horizont-institut.at

Unsere Kurse ab September 2024

DIENSTAG

1 18:30-19:45

Training für mehr Dynamik, Fitness und Muskelkraft (gelenksgesund * Eigengewicht)

ab Oktober

mit **Britta Lindenbauer**

0650 528 00 10

koerperklug@lindenbauer.com

www.koerperklug.com

MITTWOCH

1 18:30-19:45

Vielseitige Bewegungen für gesunde, elastische Faszien

Sanftes Swingen, Dehnen, Bewegen

ab Oktober

mit **Britta Lindenbauer**

0650 528 00 10

koerperklug@lindenbauer.com

www.koerperklug.com

DONNERSTAG

1 08:30-09:30

Leichter laufen (lernen) für fitte Gelenke & Lauffreude

(mit 4-6 km Laufrunde im Park)

ab Mitte September

mit **Britta Lindenbauer**

0650 528 00 10

koerperklug@lindenbauer.com

www.koerperklug.com

1 18:15-19:15

Wir mobilisieren und kräftigen die Schulter-/Rückenmuskeln

zeitsparend online

ab Oktober

mit **Britta Lindenbauer**

0650 528 00 10

koerperklug@lindenbauer.com

www.koerperklug.com

1 19:30-20:45

Yoga Abendroutine / somatic moves and breath

für alle Levels geeignet

8 Einheiten ab 26.9.2024

mit **Neda Afazel**

Infos und Anmeldung

hello@nafas-yoga.at

www.nafas-yoga.at

FREITAG

1 08:45-09:45

Pilates Basic1

9 Wochen Kurs,

Beginn 13.09.2024

Schnuppern jederzeit kostenlos

mit **Manuela Altersberger**

0676 32 82 703

Pilates_schoenbrunn@gmx.at

1 **Latein & Standard Tänze**

Tanzunterricht

Choreographie & Gestaltung

mit

Dimitar Stefanin

0660 397 61 91

office@dimitarstefanin.com /

<https://dimitarstefanin.simplybook.it/v2/#book>

Workshops

1 **Glückstraining**

1x im Monat / Freitag Abend

6.09/ 18.10/ 22.11.2024

Einstieg jederzeit möglich

mit **Alexander Heinz / 0699 110 603 93**

info@energy4me.at

www.energy4me.at

1 **Yin Yoga meets Sound - Körper und Klang**

Termine: 12.10 / 9.11 / 7.12.2024 und

18.01.2025

jeweils 17.30 bis 19.00 Uhr

mit **Monica Samana**

Anmeldung bis 7 Tage vor Yogaeinheit auf:

aum@soundismedicine.at

www.soundismedicine.at

weitere Infos unter
www.horizont-institut.at