



„Wohl – fühlen“

Feldenkrais – Intensivstunden

*„Aufrecht gehen
aufrecht sein,“
spielerisch, beschwingt und leicht*

18. 11. 2023

Das Hauptwerk von Moshé Feldenkrais „Bewusstheit durch Bewegung“ befasst sich mit dem aufrechten Gang.

In 3 aufeinander aufbauenden Lektionen haben wir die Aufrichtung als Thema. Diese lässt uns beschwingter durchs Leben gehen und sorgt für ein gutes Gleichgewicht.

Samstag, 18.11. 2023

9:30 – 13:30 Uhr

Bezirksverwaltungsstelle Hilstrup, DG, Patronatsstr. 22

50,00 €

Tee und Wasser/ Gebäck für die kleine Pause vorhanden

Bitte bringt eine Tasse mit sowie Stopper-Socken, ein großes und ein kleines Handtuch mit!

Weitere Informationen gebe ich gerne tel. 02501/441130
oder 0176 64744039

Die Anmeldungen ist verbindlich mit Eingang der Gebühr bis zum 3.11.2023

Heike Schenke