

Feldenkrais

Beweglich leben

Achtsam ausgeführte Bewegungen verbessern ihre Körperwahrnehmung und Beweglichkeit.

Neues entdecken – sich wohlfühlen

Freitag, 21. 2. 10:00

Freitag, 17. 4. 10:00

Seminarraum "Hotel Hohe Wacht"/

Bequeme Kleidung und Handtuch mitbringen!



Feldenkrais-Pädagogin

Heike Schenke

75 Min.

p.P. 10 €

Info, auch für Einzelstunden Tel. 0176.64744039

Juli /August 2020

Feldenkrais **im Park**

***Beweglich
leben***

**Mit Achtsamkeit leicht und frei bewegen
Neues entdecken – sich wohlfühlen**

dienstags

10:00

**Im Park am "Hotel Hohe Wacht"/ Treffpunkt Zelt
Bitte bequeme, wetterangepasste Kleidung und
Handtuch mitbringen!**

Bei Regen: Im Hotel „Hohe Wacht“.



**Feldenkrais-Pädagogin
Heike Schenke**

Für Gäste des Hotels „Hohe Wacht“ kostenfrei !

Info, auch für Einzelstunden Tel. 0176.64744039