

Feldenkrais-Programm 2019/2020

Eine erste Übersicht !

Die Freitagsgruppe: Regelmäßig und fortlaufend !

09.08.-27.09.2019 & 25.10.-13.12.2019 /8 Termine, 104,-€
10.01.-03.04.2020/ 12 Termine, 180,-€

Freitags, 10-11Uhr in der UFA-Fabrik

Der Samstags Workshop: Feldenkrais und Mehr!

2.11.2019----- Haltung, Atem, Spannung und Erdung erforschen:
Dynamisch!

11.01.2020----- Balance entdecken:
Atmung!

15.02.2020----- Unterstützung erleben:
Füße, Beine, Rumpf!

14.03.2020----- Unterstützung erfahren:
Hände, Arme, Rumpf!

Samstags, 14-18 Uhr in der UFA- Fabrik, Raum1, 60,-€

Der Mittwochs Workshop: 2 Termine im Monat und am Abend!

13.& 20.11.2019—Den Rücken entlasten!

15.& 22.01.2020—Die Schultern entlasten!

11.& 18.03.2020—Die Hüftgelenke entlasten!

Mittwochs, 19-21 Uhr, Reinhardtstr.1,Kleingruppe in der Praxis, 60,-€

Details zu den Workshop Inhalten erfolgen zu den jeweiligen Terminen auf der Webseite oder können persönlich erfragt werden.

Anmeldung zu allen Kursen bitte bei Charlotte Imberg !