

Bewusstheit durch Bewegung von Januar bis März 2018



Die Leichtigkeit von Bewegungen wieder entdecken Feldenkrais Gruppenkurse in Arlesheim

www.feldenkrais-praxis.ch

Die Leichtigkeit von Bewegungen wieder entdecken

Feldenkrais Gruppenkurse in Arlesheim

9 Gruppenstunden von Januar bis März, Donnerstags von 18:30 - 19:30 Uhr

Ort: Praxis panta rhei, Tramweg 2 in 4144 Arlesheim, www.pantarhei-arlesheim.ch
Die Praxis befindet sich 2 min von der Tramhaltestelle Arlesheim Dorf, Tram 10.

Zeit: Donnerstags von 18:30 - 19:30 Uhr

Daten: 11. / 18. / 25. Januar | 1. / 8. Februar (Fasnachtsferien) | 1. / 8. / 15. / 22. März 2018

Kurskosten: CHF 225.-

Anmeldung: info@feldenkrais-praxis.ch oder per Telefon: **061 411 41 24**

BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG Feldenkrais Gruppenstunden

In den Gruppenstunden leite ich Sie verbal an, bestimmte Bewegungen und Bewegungsabläufe zu machen. Dabei geht jede Feldenkrais-Stunde auf ein spezifisches Thema ein. So haben Sie die Möglichkeit, Ihre Haltungs- und Bewegungsgewohnheiten zu erforschen, «Neues» auszuprobieren und **Freude an Bewegung wieder zu entdecken**. Ihre Selbstwahrnehmung wird verfeinert und Ihre Bewegungsmöglichkeiten differenziert und erweitert.

Feldenkrais

Claudia Bettinaglio

Lehengasse 27 4142 Münchenstein
061 411 41 24 info@feldenkrais-praxis.ch