

Sommerspecial „ Feldenkrais-Methode“

3 Schnupperstunden

Dienstags 19:15 – 20:15 Uhr

17.07. + 24.07. + 31.07.

Pro Einheit 2,00 Euro



Feldenkrais ist eine Methode, die von den Teilnehmern als erholend empfunden werden kann. Durch die Ausführung von angeleiteten Bewegungen wollen wir die Art und Weise unseres Handelns erforschen. Wir dürfen darauf gespannt sein, welche angenehme Wirkung dies auf unser Sitzen, Stehen und Gehen hat.

Es ist KEINE Anmeldung erforderlich