



Musik & Therapie

Individuelle musikalische und therapeutische Betreuung, Pädagogik - Weiterbildung - Forschung

www.verein-zimt.at, Tel.: 02252 259 853, Kirchenplatz 13, 2512 Tribuswinkel

ZVR 56910721

geschmeidig bewegen nach **Feldenkrais®**

Lass Wohlgefühl entstehen und Blockaden sich lösen
durch Entspannungs- und Wahrnehmungsschulung
nach der Feldenkrais - Methode®

Während den Einheiten erfährt man ...

- ⇒ Muskeln und Gelenke zu gebrauchen ohne sie zu verbrauchen durch das Erforschen des eigenen Bewegungsspielraumes
- ⇒ wie man Wohlgefühl und Freude (**Kraft & Energie**) durch und mit Bewegung empfinden kann

www.HARMONISCHERLEBEN.com

mit Bernhard Schalk, MA, Feldenkrais- und Psychomotorik Pädagoge

Termin: Freitag, 9 bis 10 Uhr

Kosten: € 12,-- pro Einheit, verbindlich für ein Semester

Bitte mitbringen: bequeme warme Kleidung, 1 Decke, 1 Handtuch zum Zusammenrollen

Anmeldung: ruth.h.siman@live.at Tel.: 02252 259 853