

Kurstage für Kurs 252301037 (Feldenkrais)

Stellen Sie sich vor, es kann Ihnen möglich werden, sich bewusst, leicht, geschmeidig, elegant, schmerzfrei, ästhetisch schön zu bewegen - und das unabhängig von Ihrem Alter. Sie gehen, sitzen, stehen und drehen sich so, wie es Ihrem eigenen Körper entspricht und wie es sich am angenehmsten anfühlt. Sie haben Freude an jeder Bewegung, weil sie sinnvoll, kraftvoll und fließend ist. Das wäre doch genial! So wie Moshe Feldenkrais, der Entwickler dieser Körperarbeit, ist auch die Methode einzigartig. Sie ist für jeden Menschen geeignet, jeder kann von ihr profitieren. Sie lernen in Ihrer eigenen individuellen Zeit mit Leichtigkeit ohne äußere Vorgaben von richtig und falsch sich in neuer Weise zu bewegen.

Datum	Uhrzeit	Ort
17.01.2026	16:00 - 17:10 Uhr	Offenburg VHS 111 Bewegung
24.01.2026	16:00 - 17:10 Uhr	Offenburg VHS 111 Bewegung
31.01.2026	16:00 - 17:10 Uhr	Offenburg VHS 111 Bewegung
07.02.2026	16:00 - 17:10 Uhr	Offenburg VHS 111 Bewegung
21.02.2026	16:00 - 17:10 Uhr	Offenburg VHS 111 Bewegung
28.02.2026	16:00 - 17:10 Uhr	Offenburg VHS 111 Bewegung