FELDENKRAIS®- Workshop

„Bewusstheit durch Bewegung“
- behutsame, wohltuende, achtsam ausgeführte Bewegungen
- meist am Boden, aber auch im Sitzen/Stehen
- nach den speziellen, neurowissenschaftlichen Grundlagen der FELDENKRAIS® - Methode

- *Verbesserung Deiner Körper- und Selbstwahrnehmung*
- *harmonischere, leichtere, freudigere Bewegungen*
- *Zentrierung und innere Klarheit*
- *mehr Ruhe und Ausgeglichenheit*
- *mehr Lebendigkeit und Freude*
- *Potentialentfaltung*

Ort:
Praxis Salute
Turracherstr. 24, Feldkirchen

Termin:
16.12.2023, 9:30 Uhr – 17 Uhr

Kostenbeitrag:
120.- Euro

Leitung: Ralf Eggartner
Feldenkrais@- Lehrer, Physiotherapeut

Anmeldung:
Ralf Eggartner
0650/7378412
info@liveyourlife.jetzt