

FELDENKRAIS SEMINAR

MIT MICHAEL SCHRÜNDER

Sa. 29.02.20 & So. 01.03.20

Uhrzeit Sa 10-17, So 10-17 Seminarbeitrag inkl. Tagungspauschale* 200 €



WAS:

Mit Feldenkrais lernen Sie, etwas einfach zu machen. Feldenkrais-Lektionen verfeinern die Fähigkeit, Bewegungen fließend und ohne überflüssige Anstrengung auszuführen. Das geschieht in angeleiteten Gruppen durch spielerisches Ausprobieren oder in Einzelstunden durch die Hände des Behandelnden. Beide Verfahren helfen Ihnen, sich freier zu bewegen, alltägliche Belastungen leichter zu meistern und sich persönlich weiterzuentwickeln. In Körperhaltung, Atmung und Bewegung erwerben Sie spürbar mehr Freiheit.

FÜR WEN:

Mit der Feldenkrais-Methode werden oft überraschende Verbesserungen erreicht. Sie hilft wirksam bei Rückenproblemen, Bewegungseinschränkungen, Schmerzen in Muskeln oder Gelenken, bei der Rehabilitation nach Unfällen und Operationen, bei Erschöpfung und Leistungsminderung, Unruhe, Anspannung und Nervosität, Konzentrationsschwierigkeiten, Burn Out-Syndrom, Schlafstörungen, Depressionen, Ängsten, Tinnitus, Asthma, Osteoporose, Behinderungen, Entwicklungsstörungen.

Auch für PhysiotherapeutInnen, KörperarbeiterInnen, Coaches zur Weiterbildung.

Keine Vorkenntnisse notwendig

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt. Anmeldung erforderlich.



ANMELDUNG & INFO

KONSTANZE STROHMAYER

seminare@korum.biz

+49 171 6184093

www.korum.biz

INFORMATION

MICHAEL SCHRÜNDER

mail@michaelschruender.de

+49 157 850 503 80

www.michaelschruender.de

einfach machen
essentiell lernen



Ort der Veranstaltung

KORUM ° Parkstraße 13 ° 17219 Rumpshagen bei Ankershagen

* umfasst den Aufenthalt inkl. leckere Pausen, Wasser, Tee, feines Mittagessen, bio & vegetarisch