

Feldenkrais Kurstermine 2021

**im schönen Familienzentrum Lichtblick e.V.
Hauptstr. 56, 04416 Markkleeberg**

**„Das Unmögliche möglich, das Mögliche leicht
und das Leichte elegant werden lassen.“**

(Dr. Moshe Feldenkrais)

Na, wie klingt das? Haben Sie Lust?

In all den **Feldenkrais** Lektionen in „**Bewusstheit durch Bewegung**“ werden wir mit spielerisch leichten Bewegungen, auf dem Rücken- oder Bauch liegend, im Sitzen oder im Stehen, unseren Körper wahrnehmen lernen. Vorhandene Bewegungsmuster werden mit Freude, ohne Anstrengung oder Mühe erforscht und entdeckt, so dass vertraute Bewegungen effektiver und neue Bewegungsmöglichkeiten machbar werden können.

Vielleicht werden Sie sich nach einer Lektion viel wohler fühlen z.B. größer, leichter, stabiler, entspannter, geschmeidiger oder gelassener.

Es ist einfach eine wunderbare Erfahrung. Jede Person ist herzlich willkommen!

Freitags 17.30 – 19 Uhr

22. Januar 2021, 19. Februar 2021, 26. März 2021,

3. September 2021, 29. Oktober 2021, 3. Dezember 2021

Anmeldung über Dr. Kornelia Malina, Tel. 0341-4417548,
kornelia@malina-feldenkrais.de

Kosten je 20,11 Euro ^{1 2}

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit.

¹ Ihre mündliche oder schriftliche Zusage sichert Ihnen einen Kursplatz und ist für beide Seiten bindend. **Bis eine Woche vor Kursbeginn** können Sie **kostenfrei** absagen. **Danach** ist die Seminargebühr zu **bezahlen**. Gern können Sie auch eine **Ersatzperson** am Seminar teilnehmen lassen.

² Die Abrechnung erfolgt nach privatärztlicher Gebührenordnung GOÄ.