2027

FELDENKRAIS® mit Dr. Kornelia Malina

in Geithain

Praxis Frau Julia Gerhardt

„Das Unmögliche möglich, das Mögliche leicht und das Leichte elegant werden lassen.“
(Dr. Moshe Feldenkrais)

In den **Feldenkrais** Lektionen in **„Bewusstheit durch Bewegung“** werden Sie mit spielerisch leichten Bewegungen, auf dem Rücken- oder Bauch liegend, im Sitzen oder im Stehen, Ihren Körper wahrnehmen lernen.
Sie werden vorhandene Bewegungsmuster ohne Anstrengung oder Mühe erforschen und können entdecken, dass vertraute Bewegungen effektiver werden können und neue Bewegungsalternativen machbar sind.
Vielleicht werden Sie sich nach einer Lektion größer, leichter, freier, kraftvoller und gleichzeitig gelassener fühlen, und möglicherweise mit mehr Freude und Wohlbefinden Ihren Alltag verrichten können.

Sie sind herzlich willkommen.

Freitags 16 - 18 Uhr

29. Januar 2027, **12. März 2027,** **27. August 2027**

29. Oktober 2027, **3. Dezember 2027**

Praxis Julia Gerhardt, Leipziger Str. 50, 04643 Geithain
Anmeldung bei Frau Julia Gerhardt, Tel: 0151- 51 208 115

Kosten je 35,25 Euro [1] [2]

Bitte bringen Sie eine Decke oder ein Handtuch, 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.