



# FELDENKRAIS

*Bewegung bewusst erleben*

Frühjahr 2018

- Wochenkurse
- Wochenendseminare

Zentrum Tau • Pillhofstraße 37 • 39057 Eppan • Tel. +39 0471 964178 • [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it) • [www.zentrum-tau.it](http://www.zentrum-tau.it)



Das Ziel der  
Feldenkraislektionen  
ist die Entwicklung der Bewusstheit.

Es ist kein Zufall, dass Moshe Feldenkrais seine  
Methode „Bewusstheit durch Bewegung“  
nannte und nicht „bewusste Bewegung“. Wir zeigen  
nicht, wie eine bestimmte Bewegung am besten  
gemacht wird, weil es gar nicht möglich ist,  
alle menschlichen Funktionen abzudecken und zu  
vermitteln, wie sie auszuführen sind. Der Weg zur  
Verbesserung vielfältiger, unvorhersehbarer und  
spontaner Bewegungen liegt im Entwickeln der  
Bewusstheit, Sensibilität, Unterscheidungskraft.  
Er führt jeden Menschen dazu, seine Funktionen zu  
verbessern, sowohl die speziellen berufsbezogenen  
als auch die alltäglichen.

**LEITUNG:** Margit Hrasdil -  
Sportlehrerin Isef, zertifizierte Feldenkrais Practitioner,  
Trainer Mind Body Study Academy, PNL Practitioner

### WOCHENKURSE 2018

**BEGINN: 16. Januar 2018**

**KURS I:** jeweils Di, 17 - 18 h

**KURS II:** jeweils Di, 18.30 - 19.30 h

**Kursbeitrag (9 Einheiten): 120 €**

**ORT:** Zentrum Tau, Eppan

### WOCHENENDSEMINARE 2018

**SEMINAR I (in dt. Sprache):**

Fr 20. - Sa 21. April 2018

Fr 17 - 19 h, Sa 10 - 12 und 14 - 16 h

**SEMINAR II (in ital. Sprache):**

Fr 25. - Sa 26. Mai 2018

Fr 17 - 19 h, Sa 10 - 12 und 14 - 16 h

**Kursbeitrag (pro Seminar): 90,- €**

**ORT:** Zentrum Tau, Eppan

### INFORMATION & ANMELDUNG:

ZENTRUM TAU • Tel. 0471 96 41 78 • [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

[www.zentrum-tau.it](http://www.zentrum-tau.it)

