



FELDENKRAIS

Bewegung bewusst erleben

Frühjahr 2018

- Wochenkurse
- Wochenendseminare

Zentrum Tau • Pillhofstraße 37 • 39057 Eppan • Tel. +39 0471 964178 • info@zentrum-tau.it • 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

www.zentrum-tau.it

