

Feldenkrais, Berge und ein bisschen Luxus

Pfingst-Ferienkurs 2024 mit Ingo Herbst im Alpenhotel Karwendel, Leutasch

am Fuße der Hohen Munde, auf 1100m Höhe im weiten Leutascher Hochtal, umgeben von majestätischer Bergwelt, können Sie den Alltag hinter sich lassen und sich im wunderschönen **Alpenhotel Karwendel****** mit seinem gepflegtem Ambiente, gutem Essen und gemütlichen Spa-Bereich verwöhnen lassen.

Der Unterricht in "Bewusstheit durch Bewegung" in kleiner Gruppe hilft Ihnen, über den Körper noch mehr in Kontakt mit sich und den eigenen Bedürfnissen zu kommen.

Sie lernen, Bewegung verlässlich und präzise, geschmeidig und leicht zu koordinieren. Sie bekommen einen Geschmack von der **Feldenkrais**-Methode und ihrer wohltuenden Wirkung auf Körper und Seele.

Nutzen Sie Ihren Urlaub, um Ihren Horizont zu erweitern und für nachhaltige Erholung zu sorgen.

Zeit: So 19.05. 20.30 Uhr – Fr 24.05. 12 Uhr

Kursprogramm / Unterricht in "Bewusstheit durch Bewegung" :

Mo/Di: 10–12 und 14–16 Uhr

Mittwoch: frei für persönliche Erholung und Unternehmungen

Do: 10-12 und 14-16 Uhr, Fr 10 – 12 Uhr

Kosten: Kursgebühr € 320,- / Unterkunft: siehe Website Karwendel-Hotel

Anmeldung/Information: Ingo Herbst tel.089-22802464 www.herbstkrais.de

Karwendel-Hotel: tel.0043-5214-6304 www.karwendel.com

