

*"This course provided  
the perfect blend of simplicity  
with complexity.  
Great course!"*



## Feldenkrais nach Mind Body Studies

Über Bewegung untersuchen wir den Zusammenhang zwischen Denken und Handeln und finden so den Schlüssel, unser menschliches Potenzial zu verwirklichen.

Ob Sie im Gesundheitsbereich tätig sind, im künstlerischen oder im sportlichen, oder wenn Sie einfach fasziniert sind von den Möglichkeiten der Körper-Geist Verbindungen, dann ist dieser Workshop etwas für Sie.

Während Sie Ihre Bewegungen aufmerksam erkunden, entdecken Sie Leichtigkeit und werden fähig, besser mit Belastungen umzugehen und das Leben auf jeder Ebene zu genießen.



### Ihr Nutzen:

- Während Sie Ihre Körper-Geistbeziehung erweitern, entdecken Sie mehr von sich und erfahren persönliches Wachstum.
- Sie verbessern Ihre Haltung, Beweglichkeit und Koordination.
- Sie lernen Ihre gewohnten Denk- und Handlungsmuster kennen und kommen in die Lage, den besten Weg zu wählen.
- Sie verjüngen Ihr körperlich-geistiges Wohlbefinden.
- Sie bekommen tiefe Einsicht in die Funktionsweise menschlichen Denkens und Verhaltens.

### Vertrauen Sie auf ein halbes Jahrhundert Lehr-Erfahrung!

Die MBS-Academy wurde von Mia Segal gegründet, die mit Moshe Feldenkrais über 16 Jahre zusammenarbeitete und ihrer Tochter Leora Gaster, die aus der Arbeit ein praktisches Lehrkonzept entwickelte.

#### Einführungstage in München

Elke Bruce Boye, Ingo Herbst und Angelika Kitt, die drei Münchner MBS-Trainer, geben an drei Samstagen einen Geschmack von Feldenkrais im Sinne von Mind Body Studies.

For more information, Visit [www.mbsacademy.org](http://www.mbsacademy.org)

# MBS Feldenkrais Ausbildung

## Mia Segal

Bad Tölz 2014

Einführungstage in München

mit

Angelika Kitt – Ingo Herbst – Elke Bruce Boye



**Termine:** 01.02. und 29.03.2014 Jeder Samstag kann einzeln gebucht werden.

**Uhrzeit:** 10-16.30 Uhr

**Ort:** ASZ, Tulbeckstr. 31, 80339 München

Erreichbar mit Tram 18 und 19, Schrenkstr, mit U 4 und U 5, Schwanthalerhöhe

**Kursgebühr:** 100 € pro Tag/ Frühbucherbonus 80 €, bei Anmeldung bis 2 Wochen zuvor  
Die Kursgebühr überweisen Sie bitte an Ingo Herbst, Kto.Nr. 5403318001, BLZ 50010517.

Mit Eingang der Kursgebühr ist Ihr Platz verbindlich reserviert.

Bei Rücktritt erstatten wir bis eine Woche vorher die volle Kursgebühr, danach 50 %.

Ihre **Anmeldung** senden Sie bitte an: Ingo Herbst, [info@herbstkrais.de](mailto:info@herbstkrais.de).

Mehr **Information** erhalten Sie bei:

Elke Bruce Boye Tel. 089-508995

Ingo Herbst Tel. 089-22802464

Angelika Kitt Tel. 089-4488723

[www.herbstkrais.de](http://www.herbstkrais.de)

[www.mbsacademy.org](http://www.mbsacademy.org)