

Bewusstheit durch Bewegung – Der aufrechte Gang

Lesung, Gespräch und Bewegung

Moshe Feldenkrais war Wissenschaftler, Freigeist und Praktiker. Seine umfassende Erforschung menschlichen Verhaltens und seine tiefe Einsicht in die menschliche Natur manifestieren sich in seiner unkonventionellen, einzigartigen Methode des Bewegungslernens. In seinen Erkenntnissen war er der Wissenschaft seiner Zeit weit voraus und ist erst in den letzten Jahrzehnten durch Neurowissenschaften und Hirnforschung in seinem Vorgehen bestätigt worden. Das Buch „Bewusstheit durch Bewegung“ ist Feldenkrais' zentrales Werk, in dem sowohl sein Denken wie auch die praktischen Lektionen im Überblick zusammengefasst sind. In den Bewegungsexperimenten werden seine Theorien für uns nachvollziehbar.

*ein Tageskurs mit Ingo Herbst bei der VHS Haar
am Samstag **14.10.** von 10 – 16 Uhr
Anmeldung bei VHS Haar: tel. 089-46002-800 / www.vhs-haar.de
Kurs-Nr.: 12115*