

Feldenkrais mit Übungen und Lesung

"Die Entdeckung des Selbstverständlichen"

Über Feldenkrais gibt es in der Öffentlichkeit Vorurteile und Missverständnisse.

An diesem Tag haben Sie die Möglichkeit, diese Methode praktisch zu erleben und anhand der Lesung aus dem Buch von Moshe Feldenkrais (s.o.) auch ein theoretisches Verständnis zu bekommen, worum es eigentlich geht.

Hören, Fühlen und Nachdenken können Spass machen und Körper und Geist erfrischen.

*ein Tageskurs mit **Ingo Herbst** am **Sa, 16.10.** 10 -16 Uhr*

VHS Haar Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str.12, 85540 Haar

Anmeldung: tel. (089) 46002-800 / www.vhs-haar.de > Kurs-Nr. 12115

sonstige Information: tel. (089) 22802464 / www.herbstkrais.de