

Kursprogramm**1. Halbjahr 2018**

„Bewusstheit durch Bewegung“

Lernen mit Bewegung, unterrichtet in der Gruppe

wöchentliche Kurse

dienstags	18.15 – 19.30 Uhr		Netzwerk
Winterkurs I	9.01. - 6.02.	5 x 1h15min.	€ 95 / 85*
Winterkurs II	20.02. - 20.03.	5 x 1h15min.	€ 95 / 85*
Frühjahrskurs	10.04. - 15.05.	5 x 1h15min.	€ 95 / 85*
Sommerkurs	19.06. - 24.07.	6 x 1h15min.	€ 114 / 103*

** Frühbucherrabatt bei Erhalt der Kursgebühr bis 14 Tage zuvor*

freitags	13 x 1h15min.		VHS Haar
ab 2.03.	16.00 – 17.15	Anfänger	Kurs Nr.12100
ab 2.03.	17.30 – 18.45	Fortgeschrittene	Kurs Nr.12112

Tages- / Mehrtages-Seminare

10 – 16 Uhr

Sa 3.03.	Hand	Bad Tölz
Sa 14.04.	Augen	VHS Haar
Sa 26. - Do 31.05.	Ferientage	Karwendel-hotel
Sa 30.06.	Gehen	Bad Tölz

bitte bringen Sie zu allen Kursen bequeme, warme Kleidung mit

Kursorte

Netzwerk: Häberlstr.17, 80337 München, U Goetheplatz
VHS Haar Gesundheitszentrum: Fr.-Ebert-Str.12, 85540 Haar
Bad Tölz: VitalZentrum, Ludwigstr.18 (Kurviertel)
Karwendel-hotel: Ostbach 18, A-6105 Leutasch

Kontakt und Anmeldung

- > für die Kurse im Netzwerk und in Bad Tölz melden Sie sich bitte bei mir an: tel. 089-22802464 /info@herbstkrais.de
- > Kurse VHS Haar: tel. 089-46002-811 / www.vhs-haar.de
- > Ferientage: tel. 0043-5214-6304 / www.karwendel.com

Feldenkrais Einzelstunden "Funktionale Integration"

Lernen durch Berührung und Bewegung
bei spezifischen Problemen, akuten Schmerzen oder wenn Sie individuelle Betreuung wünschen

Ort: Auerfeldstr.23, 81541 München
Zeit: freitags und samstags
Kosten: € 50 – 100 nach Selbsteinschätzung
Dauer: ca. 1 Stunde

>alle weiteren Informationen bei: **www.herbstkrais.de**