



Feldenkrais® im Goms

Kennenlernen der Feldenkrais Methode®

25. August 2023 18:30 – 20:30
Preis: Fr. 40.--
Ort: wird noch bekannt gegeben



Info/Anmeldung Sabine Indermühle, Feldenkrais®-Lehrerin SFV/EMR
sabineindermuehle@hotmail.com / 078 803 81 31

Feldyfit bergauf - bergab, 3-teiliger Feldenkrais®-Workshop

01. September 18:30 – 20:30 **bergauf – bergab, Einführung**
08. September 18:30 – 20:30 **Sicher und schonend bergab, auch auf unebenem Gelände**
Fokus: Knie, Hüften, Fussgelenke, Rücken
15. September 18:30 – 20:30 **Leichter bergauf aus dem ganzen Selbst und mit mühelosem Atmen**
Preis: Pro Abend Fr. 45.--
Bis 30. August: alle 3 Kurse zusammen Fr. 125.--
Ort: wird noch bekannt gegeben

Info/Anmeldung Sabine Indermühle, Feldenkrais®-Lehrerin SFV/EMR
sabineindermuehle@hotmail.com / 078 803 81 31