



Dr. Moshé Feldenkrais - Namensgeber der Methode

Foto: © International Feldenkrais® Federation Archive, Michael Wolgensinger

“Mit Feldenkrais® das Becken mit ins Spiel bringen -

Leichtigkeit & Freiheit aus der Mitte entdecken”

Sonntag, 25. Mai 2025 - 14 bis 18 Uhr

Move-i-Mente, Gremppstr. 26 H, 60487 Frankfurt (Nähe Kirchplatz)

Für wen? - Für dich, wenn du ...

- dir mehr Beweglichkeit und Leichtigkeit im Alltag wünscht,
- erleben willst, was ein bewegliches Becken in deinem Körper alles bewirken kann,
- neugierig bist auf eine sanfte Methode, die mit Geduld und ohne Leistungsdruck funktioniert,
- dir einfach mal Zeit für dich selbst nehmen möchtest.

Was erwartet dich?

- Eine kleine Auszeit mit Fokus auf wohltuende Bewegung und mehr Körpergefühl aus deiner Mitte,
- leichte & wirkungsvolle Lektionen, die dein Becken mobilisieren,
- spannende Aha-Momente über die Verbindung von Becken, Wirbelsäule & Körperhaltung,
- Einblicke in die Methode und das Wirken von Dr. Feldenkrais.



Weitere
Informationen/
Anmeldung:

www.newwork4oldstaff.de



DR. CHRISTIANE REUTEL

info@newwork4oldstaff.de