

# Feldenkrais Methode

Eva Locher Dipl. Feldenkrais Practitioner IFF / SFV



## raum für bewegung

«Das Schwierige möglich - Das Mögliche einfach - Das Einfache elegant.»

Moshe Feldenkrais

## Kurse in Bewusstheit durch Bewegung® ATM August bis Dezember 2018

### Bewusstheit durch Bewegung® ATM - wöchentliche Kurse

#### August bis Dezember

Leitung: Eva Locher,

Vertretung, **Martina Gloor, Manuela Cerezo**

Montag: 9:00 - 10:15 Uhr und 19:15 - 20:30 Uhr  
13. August bis 24. September  
15. Oktober bis 17. Dezember

Mittwoch: 8:30 - 9:45 Uhr und 10:15 - 11:30 Uhr  
15. August bis 26. September  
17. Oktober bis 19. Dezember

Donnerstag: 19:15 - 20:30 Uhr  
16. August bis 27. September  
18. Oktober bis 20. Dezember

#### Kosten im Quartal:

August bis September, Fr. 189.-

Oktober bis Dezember Fr. 270.-

10er Abo Fr. 320.- gültig 16 Wochen

5er Abo Fr. 170.- gültig 10 Wochen

#### Daten

Montag: 13. 20. 27. Aug,

3. 10. 17. 24. Sept.

15. 22. 29. Okt., 5.12. 19. 26. Nov.

3. 10. 17. Dez.

Mittwoch: 15. 22. 29. Aug.

5. 12. 19. 26. Sept.

17. 24. 31. Okt. 7. 14. 21. 28. Nov.

5. 12. 19. Dez.

Donnerstag: 16. 23. 30. Aug.

6. 13. 20. 27. Sept.

18. 25. Okt. 1. 8. 15. 22. 29. Nov.

6. 13. 20. Dez.

Ferien: 1. Oktober bis 14. Oktober

Anmeldung an Eva Locher, Floraweg 2, 5300 Turgi

Handy 079 439 82 76

[locher.eo@bluewin.ch](mailto:locher.eo@bluewin.ch) [www.raumfuerbewegung.ch](http://www.raumfuerbewegung.ch)

### Bewusstheit durch Bewegung® ATM - Oasen

#### August bis Dezember

Leitung - Eva Locher

Samstag, 8. September  
14:00 - 17:00 Uhr  
Arme wie Flügel

Samstag, 20. Oktober  
14:00 - 17:00 Uhr  
Becken und Beckenboden

Samstag, 17. November  
14:00 - 17:00 Uhr  
aufatmen, durchatmen, atmend-sein

Samstag 15. Dezember  
17:00- 20:00 Uhr  
Stiller Abend

Kosten: 1 Oase Fr.60.-

### Bewusstheit durch Bewegung® ATM Themen Workshops

Leitung: Manuela Cerezo

Sonntag, 16. September, 11:00 - 13:15 Uhr

Sonntag, 14. Oktober, 11:00 - 13:15 Uhr

Samstag 29. Dezember, 19:00 - 21:00 Uhr

Anmeldung: Manuela Cerezo, Handy : 076 525 72 50

[manuela.cerezo@bluewin.ch](mailto:manuela.cerezo@bluewin.ch)

### Bewusstheit durch Bewegung® ATM - wöchentliche Kurse

Leitung: Martina Gloor,

Montag, 10:45 - 11:45 Uhr

Mittwoch, 18:45 - 19:45 Uhr

Anmeldung: Martina Gloor, Handy 076 432 60 29

[Martina.Gloor@gmx.ch](mailto:Martina.Gloor@gmx.ch)

[www.feldenkraismittelland.ch](http://www.feldenkraismittelland.ch)