

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 Feldenkrais-Bewusstheit durch Bewegung® Oktober bis Dezember 2018

Bewusstheit durch Bewegung® ATM - wöchentliche Kurse

Oktober bis Dezember

Leitung: Eva Locher,

Vertretung, **Martina Gloor, Manuela Cerezo**

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

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

Donnerstag: **Neu 9:15- 10:30 Uhr**
und 19:15 - 20:30 Uhr
18. Oktober bis 20. Dezember

Kosten im Quartal:
Oktober bis Dezember Fr. 270.-
10er Abo Fr. 320.- gültig 16 Wochen
5er Abo Fr. 170.- gültig 10 Wochen

Daten

Montag:

15. 22. 29. Okt., 5.12. 19. 26. Nov.
3. 10. 17. Dez.

Mittwoch:

17. 24. 31. Okt. 7. 14. 21. 28. Nov
5. 12. 19. Dez.

Donnerstag:

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 www.raumfuerbewegung.ch

Bewusstheit durch Bewegung® ATM - Oasen

Oktober bis Dezember

Leitung - Eva Locher

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

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

Samstag 22. Dezember
14:00 - 17:00 Uhr
Stille

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

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

www.feldenkraismittelland.ch