



Praxis für Feldenkrais
und Traumatherapie Berlin
Charlotte Imberg

Charlotte Imberg-Süssenguth - Reinhardtstr. 1 - 12103 Berlin

„Einfach machen“- Ein Feldenkrais Workshop

Termin: **Samstag, 22.01.2022 14:00 bis 18:00 Uhr**

Bewegungen, die mit einer Qualität von Achtsamkeit und Beobachtung ausgeführt werden, fördern körperliche Leichtigkeit und Ausgeglichenheit. Raum für Selbstwahrnehmung und Veränderung des Selbstbildes hinsichtlich des persönlichen Bewegungspotentials wird durch und in den Feldenkraislektionen möglich und erfahrbar.

Mit den für diesen Kurs ausgewählten Bewegungssequenzen darf Bewegung „einfach sein und einfach werden“.

Kursort: NuSZ, Ufa –Fabrik, Viktoriastr.13, 12105 Berlin-Tempelhof

Kursgebühr:60,-€,

Anmeldung ab sofort bei Charlotte Imberg, mail@charlotte-imberg.de!

Die Teilnehmerzahl ist Coronabedingt auf 11 Personen beschränkt.

Vorort gilt die 3G Regelung. Impfnachweise, bzw. tagesaktuelle Tests müssen vor Beginn des Kurs gezeigt werden.

Für Versorgung mit Getränken und einem Imbiss müssen die Teilnehmer selber Sorge tragen, auf ausreichend Lüftung wird geachtet.

Bitte eine eigene Decke mitbringen, Matten sind vorhanden.