

FELDENKRAIS

Jahresprogramm 2023

Jahreszyklus 2023 Becoming. Werden.



Wir sind auf dem Weg, wir werden. Unsere Entwicklung, unser Lernen findet dabei nicht linear statt, es wiederholt sich in verschiedenen Formen.

Das hat uns inspiriert dieses Jahr einen Weg, den wir alle bereits gegangen sind noch einmal neu zu finden. Wir verfolgen in diesem Jahreszyklus auf der Bewegungsebene den Weg vom Liegen zum Stehen. Dabei orientieren wir uns in der Auswahl der Lektionen an der Entwicklung eines Kindes im ersten Lebensjahr. Hier kann sich reorganisieren was bereit dazu ist, es können leichtere Wege gefunden werden Bekanntes zu tun und die eigene aufrechte Position wieder neu gefunden werden.

Kurse mit je 6 Terminen: € 99,00 (inklusive Audiodateien)

Sechserkarte: € 99,00 (ohne Audiodateien)

Probestunde: € 12,00

Einstieg jederzeit möglich

Info und Anmeldung:
mail@un-moeglich.net
www.un-moeglich.net



Der Jahreszyklus findet in Zusammenarbeit mit Lena Mösko, Siegen statt. www.lenamoeko.de
Die Sechserkarte kann bei beiden Anbietenden eingelöst werden und ist über zwei Kurse gültig.

Kurs 1: Beginnen. Ankommen.
montags 23. Januar - 13. März 2023
18:00 - 19:00 Uhr

Kurs 2: Raum und Boden. Rollen und Drehen.
montags 27. März - 15. Mai 2023
18:00 - 19:00 Uhr

Kurs 3: Raum und Orientierung. Ins Sitzen kommen.
montags 22. Mai - 07. Juli 2023
18:00 - 19:00 Uhr

Kurs 4: Kraft vom Boden. Stütze finden.
montags 28. August - 02. Oktober 2023
18:00 - 19:00 Uhr

Kurs 5: Balance. Füße und Stehen.
montags 16. Oktober - 27. November 2023
18:00 - 19:00 Uhr

Hybrid-Kurse im Tibetzentrum Hannover und per Zoom