

Mach' s einfach - mit Feldenkrais

Kursleitung: Rahel Schönthal
dipl. Feldenkrais-Lehrerin und zert. Innerwise Coach

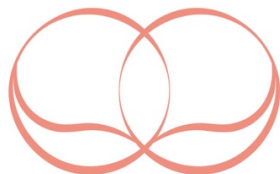
neuer Kurs ab 2. September 2024
Montag-Mittag
Zeit: 12.15 – 13.15 Uhr
Kursort: Raum Stille Bewegung
Bümplizstrasse 101, 3018 Bern

Feldenkrais ist eine Lernmethode, die den Menschen als Ganzes anspricht.

Sie ermöglicht - über bewusste, sanfte Bewegungen - die Gehirntätigkeit, sowie das Denken an sich zu optimieren:

Dies fördert die Beweglichkeit, stärkt das innere- und äussere Gleichgewicht, entlastet Gelenke und Muskeln, in dem die Bewegung mehr auf den ganzen Körper verteilt wird.

Kontakt: 079 194 97 61
info@rahelschoenthal.ch
www.rahelschoenthal.ch



Mach' s einfach - mit Feldenkrais

Kursleitung: Rahel Schönthal
dipl. Feldenkrais-Lehrerin und zert. Innerwise Coach

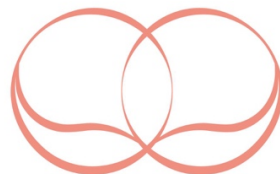
neuer Kurs ab 2. September 2024
Montag-Mittag
Zeit: 12.15 – 13.15 Uhr
Kursort: Raum Stille Bewegung
Bümplizstrasse 101, 3018 Bern

Feldenkrais ist eine Lernmethode, die den Menschen als Ganzes anspricht.

Sie ermöglicht - über bewusste, sanfte Bewegungen - die Gehirntätigkeit, sowie das Denken an sich zu optimieren:

Dies fördert die Beweglichkeit, stärkt das innere- und äussere Gleichgewicht, entlastet Gelenke und Muskeln, in dem die Bewegung mehr auf den ganzen Körper verteilt wird.

Kontakt: 079 194 97 61
info@rahelschoenthal.ch
www.rahelschoenthal.ch



Mach' s einfach - mit Feldenkrais

Kursleitung: Rahel Schönthal
dipl. Feldenkrais-Lehrerin und zert. Innerwise Coach

neuer Kurs ab 2. September 2024
Montag-Mittag
Zeit: 12.15 – 13.15 Uhr
Kursort: Raum Stille Bewegung
Bümplizstrasse 101, 3018 Bern

Feldenkrais ist eine Lernmethode, die den Menschen als Ganzes anspricht.

Sie ermöglicht - über bewusste, sanfte Bewegungen - die Gehirntätigkeit, sowie das Denken an sich zu optimieren:

Dies fördert die Beweglichkeit, stärkt das innere- und äussere Gleichgewicht, entlastet Gelenke und Muskeln, in dem die Bewegung mehr auf den ganzen Körper verteilt wird.

Kontakt: 079 194 97 61
info@rahelschoenthal.ch
www.rahelschoenthal.ch

