

# Feldenkrais am Samstag

bewegen – wahrnehmen – fühlen – denken

Ich möchte Sie einladen, sich etwas Zeit zu nehmen, für sich und um die Bewegungsmöglichkeiten Ihres Körpers auf spielerische Weise zu erkunden. Die Feldenkrais Methode fördert die Beweglichkeit und die Körperwahrnehmung, Leichtigkeit in Ihren Bewegungen und Stabilität.



**30. November 2024, 10.00 – 12.30 Uhr (Kurs A) und 14.00 – 16.30 Uhr (Kurs B)**

Feldenkrais Praxis, Innere Margarethenstrasse 19, 4051 Basel (Tram bis Heuwaage oder Markthalle)

Kosten Fr. 40.- inkl. Pausenimbiss

Anmeldung bis spätestens 25.11.24 telefonisch oder per E-Mail

Mobile: 079 725 24 47

E-Mail: [m.niederberger@feldenkrais.ch](mailto:m.niederberger@feldenkrais.ch)

[www.feldenkrais-niederberger.ch](http://www.feldenkrais-niederberger.ch)