

Samstags-Workshops 2021

Mit Feldenkrais durch Körper, Zeit & Raum.
Übergänge erkennen & bewusst erleben.

Vom Winterschlaf zum **Frühlingserwachen!**

23. Januar

In der Ruhe liegt die Kraft!
Geräumiges Becken – freier Blick dank
guter Verbindung durch die Mitte.

27. Februar

Beschwingter Gang
auf stabil-federnden Füßen und Beinen.

27. März

Freie Schultern – leichte Arme
Auf zum Frühlingsflug!

13.30 – 17.00 Uhr, Bewegungsraum Cardinal
Bachstrasse 75, Schaffhausen
Kosten: 75.- Fr. pro Kurs, 210.- Fr. für alle.

Feldenkrais-Atelier Anne Münstermann
079 79 100 69 • feldenkrais-atelier.com