

# Feldenkrais im Bündnerland

## 12. - 14. April 2024

\*\*\* Hotel  
und  
Restaurant **UCLIVA**  
NATUR – KULTUR – SEMINARE



## Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Eintauchen auf dem Weg zur inneren Klarheit!

Dank Verfeinerung der Wahrnehmung kann innen & aussen im fließenden Wechsel wach und frei wahrgenommen werden. Durch achtsam ausgeführte Bewegungen können wir brachliegende Fähigkeiten entdecken und im Alltag nutzen.

Kursbeginn: Freitag 12. April 14.30 Uhr

Kursende: Sonntag 14. April 14.30 Uhr

Gruppengröße: 10 – 16

Kursinhalt: ca. 10 Feldenkrais Lektionen,  
 Klärung thematischer Fragen,  
 Integration mit leichten Tai Chi-Bewegungen, wenn gewünscht.

Kurskosten pro Person:

Mit Frühbucherrabatt bis 11. Januar: 240.- CHF

Bei Anmeldung ab 12. Januar 300.- CHF.



### Kursanmeldung:

Feldenkrais-Atelier Anne Münstermann

Tel: +41 79 79 100 69 [info@feldenkrais-atelier.com](mailto:info@feldenkrais-atelier.com)

[www.feldenkrais-atelier.com](http://www.feldenkrais-atelier.com)



Unterkunft Hotel Ucliva: 2 Nächte & Vollpension, excl. Kurtaxe

DZ: 241.-CHF // EZ: 321.- CHF

**Zimmerbuchung:** Hotel Ucliva, CH-7158 Waltensburg/Vuorz

Tel.: +41 81 941 22 42 [info@ucliva.ch](mailto:info@ucliva.ch)

