KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Feldenkrais

mittwochs, 10.06.; 17.06.; 24.06.; 01.07. und 08.07.2026 jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr

Die Feldenkrais-Körperarbeit ist für alle Menschen, unabhängig von Alter und körperlicher Verfassung, geeignet. Die Methode hilft, körperlich und geistig beweglicher zu werden. Besonders profitieren können Menschen, die unter Muskelverspannungen, Kopf- und Gelenk- oder Rückenschmerzen leiden. Die Methode hilft, sich zu entspannen und Beschwerden zu lindern.

Ort
94526 Metten, Turn- und Sportverein Metten, Jahnstr. 7

Referentin
Sylvia Büning

Kosten
90 Euro/10 Einheiten

Hinweis
Matten sind vorhanden. Bitte warm anziehen (Zwiebel), Socken. Ein gefaltetes Handtuch statt Kissen als Kopfunterlage wäre auch gut.

Anmeldung
09901 6228, keb.deggendorf@bistum-passau.de

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-03-20 07:59:45

Tel. (09901) 62 28
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de