KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Feldenkrais

mittwochs, 05.02., 12.02.; 19.02., 26.02., 12.03., 19.03., 26.03., 02.04. und 09.04.2025 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
81 Euro/9 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: 2024-11-28 11:16:27

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