

Feldenkrais® – Bewusstheit durch Bewegung

Laufende Gruppenlektionen

In der Gruppe bewegt sich jede Person nach meinen Anleitungen im eigenen Tempo und entdeckt durch achtsam ausgeführte Bewegungen weitere Möglichkeiten, sich zu bewegen, zu denken, zu handeln...

Kurs A1 montags	9.00–10.00 Uhr
Kurs A2 montags	10.15–11.15 Uhr
Kurs B montags	18.15–19.15 Uhr
Kurs C mittwochs	16.30–17.30 Uhr
Senioren mittwochs	15.15–16.15 Uhr

Winterquartal

8. Januar bis 28. März 2018
CHF 270.- (10 Lektionen)

Frühlingsquartal

23. April bis 4. Juli 2018
CHF 270.- (10 Lektionen)

Sommerquartal

13. August bis 26. September 2018
CHF 189.- (7 Lektionen)

Herbstquartal

22. Oktober bis 19. Dezember 2018
CHF 243.- (9 Lektionen)

Absenzen werden nur in begründeten Fällen mit dem nächsten Quartal verrechnet. Eine einzelne Gruppenlektion kostet CHF 30.-. Die erste Schnupperlektion ist gratis. Der Einstieg zu einem späteren Zeitpunkt ist nach Absprache jederzeit möglich und wird entsprechend verrechnet.

Mitnehmen: Bequeme, warme Kleidung, Socken, Gesichtsfrottiertuch

Versicherung: ist Sache der TeilnehmerInnen

Informationen und Anmeldung: Iris Loy, Feldenkrais Lehrerin SFV; Tel. 071 385 45 81; loy@feldenkrais-punkt.ch
feldenkrais-punkt, Bedastrasse 3a, 9200 Gossau