

Feldenkrais® – Bewusstheit durch Bewegung

Laufende Gruppenkationen

Diese Übersicht ist als ungefähre Orientierung zu verstehen. Da ich ja nun mehr Freiheiten habe, können sich die Daten verschieben. Sollten sich wieder Pandemie-Bedingungen ergeben, werden sich die Gruppenanfangszeiten allenfalls verschieben und je nach Situation werde ich Online-Stunden anbieten.

Aktuelle Informationen zu den Daten und Zeiten finden sich auf www.feldenkrais-punkt.ch im Kalender.

Kurs A1 montags	9.00–10.00 Uhr (eventuell zusammen mit A2: 9.30 bis 10.30 nach Absprache)
Kurs A2 montags	10.15–11.15 Uhr (eventuell zusammen mit A1: 9.30 bis 10.30 nach Absprache)
Kurs B montags	18.15–19.15 Uhr
Kurs C mittwochs	16.30–17.30 Uhr

Winterquartal

5. Januar bis 1. April 2026
CHF 297.- (11 Lektionen)

Frühlingsquartal (voraussichtlich)

27. April bis 1. Juli 2026
CHF 243.- (9 Lektionen)

Sommerquartal (Voraussichtlich)

10. August bis 30. September 2026
(8 Lektionen)

Herbstquartal (voraussichtlich)

26. Oktober bis 16. Dezember 2026
CHF 216.- (8 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 im laufenden Quartal ist nach Absprache jederzeit möglich und wird entsprechend verrechnet. Es kann sein, dass Gruppen zusammengelegt werden, wenn nur wenige Teilnehmende angemeldet sind.

Mitnehmen: Bequeme, warme Kleidung, Socken, Gesichtsfrottiertuch, ca. 1x2m Tuch zum Abdecken der Matte

Versicherung: ist Sache der TeilnehmerInnen

Informationen und Anmeldung: Iris Loy, Feldenkrais Lehrerin SFV; Tel. 077 459 96 27; loy@feldenkrais-punkt.ch
feldenkrais-punkt, Bedastrasse 3a, 9200 Gossau

FELDENKRAIS® BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG

Ein ganzheitlicher Weg zum Selbst

Leitung: Iris Loy, dipl. Feldenkrais Pädagogin, Mitglied des Schweiz. Feldenkrais Verbandes SFV

Kurs-Ort: **feldenkrais-punkt**, Bedastrasse 3a, 9200 Gossau, 077 459 96 27

Kursdaten	Kurs A1	montags	09.00 – 10.00	05. Januar bis 30. März 2026
	Kurs A2	montags	10.15 - 11.15	05. Januar bis 30. März 2026
	Kurs B	montags	18.15 - 19.15	05. Januar bis 30. März 2026
	Kurs C	mittwochs	16.30 - 17.30	07. Januar bis 01. April 2026

Es werden 11 Lektionen in diesem Quartal sein. Die Kalender-Wochen 6 und 10 fallen aus.

Kosten: Das ganze Quartal kostet CHF 297.- bei Barbezahlung am ersten Kurstag. Absenzen können nur in begründeten Fällen mit dem nächsten Quartal verrechnet werden. Verpasste Lektionen können nach Absprache in einer anderen Gruppe derselben Woche vor- oder nachgeholt werden. Bei späterem Eintritt in eine laufende Quartalsgruppe wird eine entsprechende Preisreduktion gewährt. Einzelne Lektionen kosten CHF 30.- pro Stunde.

Mitnehmen: Bequeme, warme Kleidung (Socken), Gesichtsfrottiertuch; 1x2m Tuch zum Abdecken der Matte; bei Erkältung, etc bitte Maske tragen.

Versicherung: Ist Sache der TeilnehmerInnen

Weitere Auskünfte: Iris Loy, **feldenkrais-punkt**, Bedastrasse 3a, 9200 Gossau
Telefon **077 459 96 27** vor allem Montag und Mittwoch; loy@feldenkrais-punkt.ch

Anmeldung: Bitte mündlich oder bei oben stehender Adresse. Die Anmeldung ist verbindlich