

Feldenkrais-Wochenende in Roveredo - im wunderschönen Val Colla (Tessin)



« Wie die Schultern die Rippen befreien »

Für alle, die Lust haben, dieses Thema bewegend zu erforschen und in der freien Zeit die schöne Natur geniessen möchten.

Wenn der Schultergürtel wieder frei beweglich ist, können die Rippen « aufatmen », der Brustkorb kann sich neu mit den Schultern und Armen verbinden und diese im Bewegen unterstützen. Auch der Nacken wird dadurch entlastet.

Kursdaten: 12.-13. September 2020

Kurszeiten: Samstag 10 - 12.30 und 14 -16.30 / Sonntag 10 - 13

Kurskosten: 300.-

Kost und Logis: je nach Unterkunft

(Mögliche Unterkünfte: Hotel in Roveredo, B&B in Tesserete und Cagiallo, Hotel in Tesserete)

Anmeldung und Information: Martine Girardin 076 522 04 36

Martine Girardin
singt und bewegt

kontakt@singenbewegt.ch www.singenbewegt.ch

Feldenkrais-Methode Trauma-Heilung (SE) Körperklang und Stimme Musik