

Kennenlernworkshop

mit **Christoph Habegger**, Trainer und Ausbildungsleiter

Wir laden Sie zum Kennenlernworkshop ein, um sich ein Bild der Feldenkrais Ausbildung Zürich City 3 zu machen, die Ausbildungsleitung kennenzulernen und alle Informationen zu erhalten, die Sie wünschen.

- Sie interessieren sich für die Feldenkrais Methode®?
- Sie möchten mehr wissen über die Ausbildung zum/zur Feldenkrais Pädagogen/Pädagogin?
- Sie brauchen mehr Informationen zu den Ausbildungsinhalten und zum Ablauf einer Feldenkrais Ausbildung?
- Sie möchten persönliche Fragen dazu stellen?

Wann: **SA 08. März 2025** von 10:30 – 16:30 Uhr inkl. 1 Stunde Mittagspause

Wo: Kirchgemeindehaus Hottingen, Asylstrasse 36, 8032 Zürich

Kosten: Teilnahmegebühr: CHF 140 pro Person

Anmeldung: Verena Scheidegger
+ 41 79 659 21 74
info@feldenkraisausbildung-zuerichcity.com

Thema: Die Entdeckung der Leichtigkeit

Die Empfindung von Leichtigkeit entsteht dann, wenn Absicht und Handlung eins werden. Sich seiner Richtung bewußt zu werden, ein angemessenes Maß an Kraft zu generieren, unbewusste Anspannungen aufzudecken und sein Denken, Fühlen und Spüren – also das gesamte Selbst – in die Handlung miteinzubeziehen: all dies erzeugt „Flow“ – die Leichtigkeit im Tun.

