

Sektion St Gallen

Feldenkrais - Methode durch Regina Kempf

Regina Kempf hat sich nach ihrem Weggang beim Schweizer Fernsehen zur Feldenkrais-Leiterin ausbilden lassen. In einem ersten Teil geht es in Wort und Bild um das vielseitige Arbeiten vor und hinter den Kulissen der Medien. Der zweite Teil befasst sich mit der Feldenkrais-Methode. Wer war Dr. Moshé Feldenkrais und wie entwickelte er seine Bewegungs-Methode. Wie verändert die Methode gewohnheitsmässige und fixierte Verhaltensweisen und hilft dem Klienten/In zu einer spontanen und dynamischen Art, sich im Leben zu bewegen. Denn beweglicher werden heisst, lebendiger werden, körperlich, seelisch und geistig.

Nach der Veranstaltung erwartet Sie ein Aperó.

- Datum:** Donnerstag, 18. Oktober 2018
- Zeit:** 14.00 Uhr
- Ort:** Zimmer 122 Klubschule St. Gallen
- Kosten** CHF 5.- (werden vor Ort eingezogen)
- Achtung:** Diese Veranstaltung ist auch für Männer!
- Anmeldung:** Bis 30. September an Verena Haag, Sonnmattstrasse 17, 9015 St. Gallen
Bitte benützen Sie den Talon Nr. 4 hinten im Programm oder über die Homepage www.forum-elle.ch.

Bei Anmeldung über die Homepage notieren Sie bitte unter „Weitere Angaben“, ob Sie eine Begleitperson mitbringen. Umgehend nach der Anmeldung über die Homepage erfolgt eine Bestätigung per E-Mail. Bei Anmeldungen mittels Talon erfolgt **keine** Bestätigung.

Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer!

Freundliche Grüsse
FORUM elle Team St. Gallen