

Anmeldung
bis 13.03. 2020
Beitrag: 60,- Euro

Frühbucher
bis 22.02. 2020
Beitrag: 45,- Euro



Foto: privat



<http://www.halwachs.eu/>

Karin Mattes, BSc
T: 0664 42 35 183
M: karin.mattes@aon.at
W: www.oase-im-alltag.at

Josef Mattes, PhD, MSc
M: email@feldenkrais-lernen.at
W: www.feldenkrais-lernen.at

Die Plätze sind mit Einzahlung des Beitrags fixiert.
Bankverbindung: Karin Mattes
IBAN: AT48 6000 0000 7883 3515

Ort: achtsam-Zentrum
Hauptstraße 98
2344 Maria Enzersdorf
www.achtsam-zentrum.at

- Tanz:
Angenehme Bewegung, die Lebensfreude weckt
- Kreistanz:
Angenehme Bewegung in der Gruppe, die Lebensfreude vervielfacht
- Feldenkrais-Methode®:
Angenehme Bewegung, wach, bewusst, lebendig, effizient

Feldenkrais und Kreistanz - eine ideale Kombination:

Die Neugierde auf die Möglichkeiten des eigenen Körpers kann erwachen.

Wege um die menschlichen Grundbedürfnisse von Autonomie, Kompetenz und Verbundenheit zu erfüllen, werden erforscht und gelernt.

Jede und Jeder kann profitieren, es ist keine Vorerfahrung notwendig – weder für Tanz noch für Feldenkrais.

Bitte bewegungsfreudige warme Kleidung, Socken und/oder flache Tanzschuhe sowie Gymnastikmatte mitbringen.



Foto: Josef Mattes

Feldenkrais & Kreistanz:

**Tanzen
– Bewegten –
Bewusstwerden**

Karin und Josef Mattes

Sa 21.03. 2020
14:00 - 17:00 Uhr

achtsam-Zentrum
Hauptstraße 98
2344 Maria Enzersdorf