



kobler-feldenkrais.ch
präventiv und therapeutisch

Feldenkrais im Frühling 2022

Was bringt's?



Leichtigkeit und Freude!

Lieber Freund, liebe Freundin von kobler-feldenkrais.ch

Ich liebe es, Gipfel zu erklimmen, Flüsse zu befahren und vieles mehr. Mich unnötig anzustrengen liegt mir jedoch gar nicht. Und genau dabei hilft mir Feldenkrais. Heute, mit über 50, bewege ich mich leichter und mit mehr Freude als je zuvor. Und das beste dabei? Es geht noch immer weiter 😊.

Lass dich ein aufs Erkunden deines Potentials – es ist unglaublich!



Gruppenstunden

Wusstest du, dass «Bewusstheit durch Bewegung®» spannungsregulierend wirkt und deinen Alltag erleichtert? Am besten, du meldest dich gleich für eine kostenlose Schnupperstunde an.

[Anmelden](#)



[Online - DIE Alternative!](#)

Gemütlich von der guten Stube aus teilnehmen. Stunde verpasst? Kein Problem! Du bekommst die Aufnahme.



Sagogn

Ab Donnerstag, 07. April 2022

Neu! 08.50 Uhr/18.00 und 19.00 Uhr.

Danis

Ab Montag, 04. April 2022, 17.45 Uhr

Versam

Ab 5 Personen werde ich gerne auch die Stunden in Versam wieder aufnehmen.



Einzelstunden

In Feldenkrais Einzelstunden «Funktionale Integration®» gehe ich gezielt auf dein persönliches Thema ein.

Zusammen schaffen wir neue Möglichkeiten!

Erwachsene

Möchtest du nach Unfall oder Krankheit deine Beweglichkeit zurückerlangen?

Plagen dich Schmerzen?

Oder bist du neugierig, wie leicht Skifahren sein kann?

Mit Feldenkrais wird deine Selbstwahrnehmung verbessert. Es ist unglaublich spannend, was alles in dir steckt!

Kontaktiere mich unverbindlich für
eine Beratung



Kinder

Fühlst du dich unsicher oder gar hilflos im Umgang mit deinem Kind und seinen speziellen Bedürfnissen?

Hat dein Kind eine verzögerte Entwicklung, weint es viel oder scheint es sehr unruhig oder apathisch zu sein?

Feldenkrais bringt Ordnung ins System.

Ich begleite Eltern und Kind unterstützend durch gute und schwierige Zeiten.

Mehr Informationen

Ein baldiges Wiedersehen wird mich sehr freuen. Bis dahin leichte und beschwingte Zeiten.

Mit herzlichem Gruss

Yvonne

PS: Dieser Newsletter geht an alle meine Kontakte. Falls du keine Neuigkeiten mehr von mir lesen möchtest, [melde dich bitte hier ab.](#)