



Katholische Erwachsenenbildung
im Landkreis Deggendorf e.V.

Spannungen lösen - Stress bewältigen mit der Feldenkrais - Methode

ab Montag 9. März bis 11. Mai, wöchentlich jeweils von 17.15 - 18.15 Uhr, Osterferien ausgenommen

Ort:

Deggendorf Mariä Himmelfahrt, 94469 Deggendorf, Senioren-Aktiv-Club, Starzenbachweg 59

Menschen machen mit der Feldenkrais Methode erstaunliche Erfahrungen. Sie wirkt positiv auf Körper, Geist und Seele. Das Körper- und Selbstbewusstsein werden verbessert sowie die Beweglichkeit und die Freude an der Bewegung. Entdecken Sie, wie leicht Bewegung sein kann und wie man sich spielerisch verbessern kann.

Referent/in:

Christian Waas

Kosten:

72 Euro/8 Einheiten

Hinweis:

bitte Decke mitbringen, bequeme Kleidung

Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Gundelauer Str. 7
94557 Niederalteich

Tel. 09901 62 28
Fax 09901 902880
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de