

Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Anmeldungen sind schriftlich per Post, E-Mail, Fax oder Internet möglich. Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung. Wir verschicken keine Anmeldebestätigung. Sollte der Kurs belegt sein oder nicht zustande kommen, werden Sie benachrichtigt.

Anmeldungen an:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V., Angela Wieneke,
Postfach 13 61, 59473 Soest, Fax 02921 4026,
wieneke@frauenhilfe-westfalen.de www.frauenhilfe-bildung.de
(Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr)

Informationen unter:

Regina Sybert-Goldstein, Tel. 02921 371-239 (Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr)

Kosten: 80,00 €

(inkl. Abendessen, Kaffee/Tee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen)

Die Kosten überweisen Sie bitte bis zum 27.10.17 auf folgendes Konto:

Swift/BIC Code: WELADED1SOS

IBAN-Nr. DE37 4145 0075 0000 0129 14

Verwendungszweck: Kosten, F39, 03.11.17

Abmeldung:

Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte rechtzeitig schriftlich ab. Bei kurzfristigen Absagen werden Ausfallgebühren erhoben: bis zu 8 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Ausfallgebühr 50 % der angegebenen Kosten, bei Abmeldung am Veranstaltungstag 100 %.

Tagungsort

Tagungsstätte Soest, Feldmühlenweg 15, 59494 Soest,
Tel. 02921 371-280 www.tagungsstaette-soest.de

Zubuchbare Leistung:

Übernachtung im Einzelzimmer (Du/WC nicht im Zimmer) und Frühstück für 36,50 €. Nur Frühstück: 6,50 €.

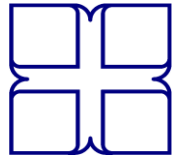
Die Bezahlung nehmen Sie bitte direkt in der Tagungsstätte bar oder per EC-Karte vor

Aus ökologischen und sozialen Gründen verzichten wir auf Vierfarbdruck und Online-Druckereien.



Evangelisches Familienbildungswerk Westfalen und Lippe e. V.

FBW



Bewusstheit durch Bewegung

Vertiefung der Methode Feldenkrais

03. – 04. November 2017

Tagungsstätte Soest

F 39

Familienbildung der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V.

✂-----
ANMELDUNG: Bewusstheit durch Bewegung
03. – 04.11.2017, F 39

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Geb. Dat.: _____

Telefon: _____

Mobiltelefon: _____

E-Mail: _____

Sonderkostform: _____

Übernachtung im EZ mit Frühstück

nur Frühstück

Ort, Datum

Unterschrift

**Wenn Du weißt, was Du tust,
kannst Du tun, was Du willst.**

Feldenkrais

Feldenkrais geht davon aus, dass Bewegung die Grundlage aller menschlichen Entwicklungsprozesse ist.

Gezielte Bewegungslektionen schulen auf subtile Weise Einstellungen, Aufmerksamkeit und Wahrnehmung, sowohl auf körperlicher als auch auf geistiger Ebene.

Feldenkrais fördert die motorische Intelligenz, die zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden verhilft.

Regina Sybert-Goldstein,
Diplom-Pädagogin

Referentin: **Sabine Kieserling,**
M.A. Pädagogik,
Feldenkrais practioner

Zielgruppe: Eltern und andere
Interessierte

Bitte bringen Sie mit:

- lockere Kleidung, kleines Kissen
- Socken, die nicht rutschig sind
- einen wärmeren Pullover bei kühlerer Temperatur
- Yogamatte, Matte und/oder Decke

P R O G R A M M

Freitag, 03.11.2017

bis 18.00 Uhr Anreise
18.00 Uhr Abendessen
19.00 – 22.00 Uhr Kennenlernrunde und
Feldenkrais® - Lektion im Liegen
auf der Matte

Samstag, 04.11.2017

09.15 – 10.45 Uhr Feldenkrais® - Lektion
im Liegen oder
Seitenlage auf der
Matte
11.00 – 12.30 Uhr Feldenkrais® - Lektion
auf dem Stuhl
12.30 Uhr Mittagessen
13.30 - 15.00 Uhr Feldenkrais® - Lektion
für den Alltag
15.00 Uhr Nachmittagskaffee
15.30 - 17.00 Uhr Feldenkrais® - Lektion
Gemeinsame Rückschau

Erläuterung der Einheiten

Vorraussichtlich werden die folgenden Aspekte bearbeitet:

- Bezug zu Gen.12,2 f
- Körperwahrnehmung und Resonanz
- Kennenlernen eigener Bewegungsmuster
- Erfahrung erweiterter Bewegungsmöglichkeiten
- Weg in die eigene Lebendigkeit
- Gehen und lernen
- Wertfreies Beobachten und Erleben