



## FELDENKRAIS® KURSPROGRAMM Winter/Frühjahr 2026

---

### Mindful movement – Mindful breathing

**Bewege ich mich, so lebe ich, so atme ich**



#### **Kurs 1: ONLINE-FELDENKRAIS® am Abend (per Zoom)**

**Mittwochs 20:30 bis 21:30 Uhr CET**

Vom 21. Januar 2026 bis 8. April 2026

#### **Kurs 2: ONLINE-FELDENKRAIS® am Morgen (per Zoom)**

**Donnerstags 9:30 bis 10:30 Uhr CET**

Vom 22. Januar 2026 bis 9. April 2026

Der Kurs erstreckt sich über 12 Wochen.

Wähle den Basic Block (5 Termine) oder den Full Block (10 Termine).

Die Termine können individuell im Kurszeitraum gewählt werden.

#### **PREIS:**

**BASIC:** 5 Kurstermine à 60 min      60 € gesamt

**ADVANCED:** 10 Kurstermine à 60 min      100 € gesamt

**DROP IN:** 1 Kurstermin à 60 min      15 € je Termin

Den Zoom Link erhältst du nach der Anmeldung und Überweisung per Vorkasse oder Paypal.

---