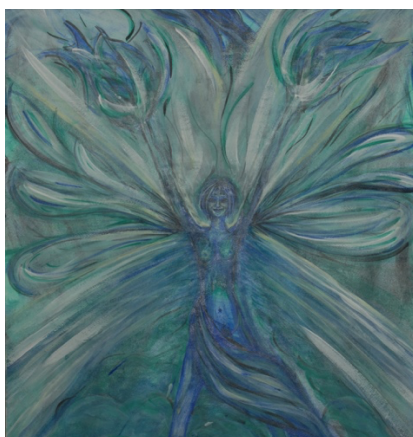




FELDENKRAIS® ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ Χειμώνας/Άνοιξη 2026

Mindful movement – Mindful breathing

Όταν κινούμαι, ζω, αναπνέω



Μάθημα 1: ONLINE Απογευματινά μαθήματα FELDENKRAIS® (μέσω Zoom)

Τετάρτες 20:00 έως 21:00 μ.μ.

Από 21 Ιανουαρίου 2026 έως 8 Απριλίου 2026

Μάθημα 2: ONLINE Πρωινά μαθήματα FELDENKRAIS® (μέσω Zoom)

Πέμπτες 9:15 έως 10:15 π.μ.

Από 22 Ιανουαρίου 2026 έως 9 Απριλίου 2026

Το μάθημα διαρκεί 12 εβδομάδες.

Διάλεξε το basic block (5 ραντεβού) η το full block (10 ραντεβού).

Οι ημερομηνίες μπορούν να επιλεγούν ξεχωριστά κατά τη περίοδο των μαθημάτων.

TIMH:

BASIC:	5 μαθήματα των 60 λεπτών	σύνολο 60€
ADVANCED:	10 μαθήματα των 60 λεπτών	σύνολο 100€
DROP IN:	1 μάθημα των 60 λεπτών	15 € το μάθημα

Θα λάβετε τον σύνδεσμο Zoom μετά την εγγραφή και την προπληρωμή ή μέσω PayPal.

Annegret Bletsas | Feldenkrais-Practitioner
bletsasannegret@gmail.com, Tel. +30 6978 77 67 81, www.annegret-bletsas.com

MEMBER OF THE AUSTRIAN FELDENKRAIS® ASSOCIATION