



## **Katholische Erwachsenenbildung Memmingen e.V.**



*International Feldenkrais® Federation Archive, Robert Golden*

### **Kurs**

#### **Über globale Bewegungen zu einer verfeinerten Bewegungsorganisation**

**Die Feldenkrais-Methode macht sich die natürliche Lernfähigkeit des menschlichen Nervensystems zu Nutze. Seine Fähigkeit, zu differenzieren und neue Verschaltungen aufzubauen, schafft eine Grundlage dafür, sich laufend zu reorganisieren.**

**Das kann z. B. beinhalten:**

**Leichter Stehen**

**Leichter Gehen**

**Leichter den Arm heben**

**Leichter beim Autofahren über die Schulter schauen**

**Bitte bringen Sie eine Matte, Kissen etc. mit.**

**Donnerstag 09.01.2025                    19:45 Uhr**

**Donnerstag 16.01.2025                   19:45 Uhr**

**Donnerstag 23.01.2025                   19:45 Uhr**

**Donnerstag 30.01.2025                   19:45 Uhr**

**Donnerstag 06.02.2025                   19:45 Uhr**

**Donnerstag 13.02.2025                   19:45 Uhr**

**Leitung: Feldenkrais-Pädagoge Hamit Öcenz**

**Kosten 50€ nach der Anmeldung zu entrichten.**

**Anmeldung direkt auf der Homepage: <https://keb-memmingen.de/feldenkrais>**

**per Mail: [keb.memmingen@bistum-augsburg.de](mailto:keb.memmingen@bistum-augsburg.de)**

**oder telefonisch: 08222/965255**

**Anmeldeschluss ist der 07.01.2025**

**Sportheim Amendingen**

**Am Sportplatz 13**

**87700 Memmingen**