



Reitverein Glärnisch

Bewusstheit durch Bewegung

«Feldenkrais für ein gutes Körpergefühl beim Reiten»

«Entdecke die Leichtigkeit auf dem Pferd»

Mit kleinen, einfachen Bewegungen das Körperbewusstsein, das Gleichgewicht, die Koordination und die Beweglichkeit verbessern.

Die ersten beiden Lektionen werden in Gruppen unterrichtet. Die Lektion auf dem Pferd findet Einzel statt. Wir werden das Körpergefühl auf dem Pferd wahrnehmen.

Datum: Samstag 08. Februar und Samstag 15. Februar 2025

Gruppenlektion von 10:00 bis 11:00

Wo: Feldenkrais Studio, Mühlestrasse 10, 8755 Ennenda

Datum: Samstag 22. Februar 2025 (geritten, mit eigenem Pferd)

Einzellektion (genaue Zeiteinteilung folgt nach Anmeldung, ab 10:00)

Wo: Vereinsplatz Netstal

Kursleitung: Petra Braun Feldenkrais- Practitioner in Ausbildung

Kursinhalt: Beckenmobilisation, Gleichgewicht, Gefühl für den eigenen Körper,

Kosten: CHF 60.-

Kursgeld bitte per Banküberweisung auf: Raiffeisenbank Glarnerland,
8752 Näfels Clearing 81031; Konto-Nr. 42316.73; IBAN CH46 8080 8007
5669 3193 1 Reitverein Glärnisch, 8750 Glarus,
Vermerk: Kurs 01/2025

Anmeldeschluss: Montag, 03. Februar 2025

Anmeldung: per WhatsApp 079 418 02 21 oder martibraunpetra@bluewin.ch

Mitnehmen: Tuch, Badetuch

