

“FELDENKRAIS® und LAUFEN (Joggen)“

SONNTAG 27. Mai 2018 in Weesen SG

LEICHTER LAUFEN? GESÜNDER LAUFEN? SCHNELLER LAUFEN?

Die intensive Lauftechnik-Schulung, nach dem Prinzip des „Ganzkörperlaufens“, im Wechsel mit 2 Feldenkrais-Lektionen, macht es möglich!

LEITERIN: Barbara Jentner, dipl. Feldenkrais-Pädagogin (EMR)

KURSORT: Im Städtli 42, 8872 Weesen SG

ZEIT: 09:30 Uhr bis 16:30 Uhr (inkl. Mittagspause)

KOSTEN: Fr. 190.— / Tag (Kursgebühr für Feldenkrais und Laufschulung)

ANMELDUNG: per Mail an barbara@move-to-extend.ch oder SMS an 079 372 71 93
(Teilnehmerzahl beschränkt auf 10, mindestens 5 – die Anmeldung ist verbindlich)

VERSICHERUNG: ist Sache der Teilnehmenden

Der Kurs ist für Einsteiger/innen, fortgeschrittene und ambitionierte Läufer/innen geeignet!

www.move-to-extend.ch