



Augen + Weitblick

Intensiv-Kurs

Unsere Augen organisieren und beeinflussen vom ersten Tag unseres Lebens an, wie wir uns bewegen. Schon bei der Planung einer Bewegung gehen unsere Augen in die Richtung der geplanten Bewegung. Aber auch das Sehen selbst kann mit Anstrengung und Ermüdung verbunden sein. Dieser Intensiv-Kurs bietet die Gelegenheit mit der Feldenkrais®-Methode über die Erfahrung der Beweglichkeit der Augen, abseits ihrer gewohnten Bahnen, unsere gesamte Bewegungsqualität zu verbessern und auch das Sehen selbst anders zu erleben. Die Augen zu schließen, nach innen zu sehen und mit entspannten Augen Ruhe erleben.

Themengebiet

Gesundheitsmanagement, gesunde Lebensführung

Zielgruppe

Menschen, die hohen Belastungen ausgesetzt sind: Einsteiger/-innen, Fortgeschrittene, Arbeitnehmer/-innen, Führungskräfte... Der Intensiv-Kurs ist für Anfänger ebenso geeignet wie für Kenner. Für alle, die sich nervös, innerlich unruhig und angespannt fühlen und viel Arbeit am Computer leisten.

Methode

Die Feldenkrais®-Methode basiert darauf, dass die Grundbedingung des Lebens Bewegung ist. Indem wir unsere Bewegungsmöglichkeiten besser kennen und benutzen lernen, erreichen wir einen Zuwachs an Lebensqualität und Handlungsspielraum.

Lernziel

Ziel ist es, den Teilnehmern zu ermöglichen, selbst etwas zur Verbesserung von Beschwerden tun zu können.

Was bringen Sie mit?

Freude am Lernen

Bemerkungen

Bitte bequeme Kleidung tragen, sehr praxisorientiert

Abschluss

Teilnehmer-Zertifikat



Karin Reeckmann

Feldenkrais®-Lehrerin und
Physiotherapeutin

Intensiv-Kurs



08.12.2018



14.00–17.30 Uhr

bewegliche Pausenzeiten



6–12



85,00 Euro p. P.

Preis ohne Übernachtung

inkl. Pausengetränke

Anmeldung bis



04.12.2018



038393 663 1400



s.tietz@artepuri.de

Veranstaltungsort



artepuri GmbH

Zentrum für Gesundheit

Schillerstraße 8

18609 Ostseebad Binz/Rügen

www.artepuri.de



Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Intensiv-Kurs
Augen + Weitblick am 08.12.2018 an:

Anmeldung per Mail an

✉ s.tietz@artepuri.de

Name

Vorname

Anschrift

Telefon

E-Mail

Ich benötige eine Rechnung an die folgende Rechnungsanschrift:

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr von **85,00 Euro p. P.**
bis zum **04.12.2018** auf das folgende Konto:

Sparkasse Vorpommern
Kontoinhaber: artepuri GmbH
IBAN: DE04150505000102079021
BIC: NOLADE21GRW
Verwendungszweck: Name des Teilnehmers
Augen + Weitblick

Datum

Unterschrift

Rundum-Service

Bei uns finden Sie alles unter einem Dach:
Seminar - Aparthotel - Restaurant im Ostseebad Binz auf Rügen mit
wunderschöner Natur, ostseeblauem Meer und wolkenweißem Strand.
Genießen Sie Ihren Aufenthalt in entspannter und lernfreudiger Atmosphäre.

Übernachtungsmöglichkeit
www.upstalsboom-aparthotels.de


Upstalsboom
APARTHOTEL MEERSINN

