



Bettina Kelm
Feldenkrais
Physiotherapie

„Flexibler Brustkorb durch Flexible Hüften“

(Brustkorb, Balance)

Dieser Workshop bietet weiter Gelegenheit den Brustkorb zu erkunden oder besser die Wechselbeziehung zwischen ihm und den Hüft- oder Kniegelenken. Dabei gleicht der Brustkorb in seiner Funktion einem eingebauten Stoßdämpfer unserer doch so oft leidgeprüften Hüft- und Kniegelenke. In ihm ist das Zentrum der Atmung, ein freier Brustkorb lässt das Herz aufgehen, erlaubt verteilte Beweglichkeit der Wirbelsäule und einiges mehr.

Auch wenn in diesem Workshop ein früherer Themenfaden aufgegriffen wird, erfordert die Teilnahme keine Vorkenntnisse aus früheren Workshops. Es kann aber sein, dass sich bereits Erfahrenes vertieft oder umschichtet. Aber auch ohne Vorkenntnisse in diesem Themenbereich oder auch als Anfänger in der Methode ist eine Teilnahme möglich.

Samstag, 20. September

Uhrzeit: 11.00 – 14.00 Uhr

Ort: Franklinstr. 39, 40479 Düsseldorf

Gebühr: 45,00 €

Anmeldung bitte über das Anmeldeformular
<http://www.rumkugeln.com/anmeldung/>