



Neues Jahr – Blick nach vorne

Feldenkrais® Workshop I
Awareness Through Movement

Samstag, 24.01.2026

10-13 Uhr

50 €

In diesem 3-stündigen Feldenkrais-Workshop erforschen wir,
wie sich Blick, Aufrichtung und Vorwärtsbewegung im Körper organisieren –
und was das für unsere innere Ausrichtung bedeutet.
Durch feine, achtsame Bewegungslektionen entsteht Raum für Klarheit,
Leichtigkeit und neue Wahlmöglichkeiten.

Der Workshop richtet sich an Erwachsene, die neugierig sind, Entwicklung
nicht zu erzwingen, sondern im Körper entstehen zu lassen.

Themen:

Orientierung, Wahrnehmung und Aufrichtung
Gehen als bewusste Entscheidung
Reflexion und Integration

Ort: Physiotherapie Team Krugmann, Hinterdorfstr. 6, 78253 Egeltingen
Fragen und Anmeldung: caroline.krugmann@gmail.com

Caroline Krugmann, Feldenkrais®-Pädagogin