



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 Eigeltingen
Fragen und Anmeldung: caroline.krugmann@gmail.com*

Caroline Krugmann, Feldenkrais®-Pädagogin