

# Feldenkrais im Bündnerland

## 11. - 14. April 2025

\*\*\* Hotel  
und  
Restaurant **UCLIVA**  
NATUR – KULTUR – SEMINARE





## Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung

Eintauchen auf dem Weg zur inneren Klarheit!

Dank Verfeinerung der Wahrnehmung kann innen & aussen im fließenden Wechsel wach und frei wahrgenommen werden. Durch achtsam ausgeführte Bewegungen können wir brachliegende Fähigkeiten entdecken und im Alltag nutzen.

Kursbeginn: Freitag 11. April 14.30 Uhr

Kursende: Montag 14. April 14.30 Uhr

Gruppengrösse: 10 - 14

Kurszeit ca. 16 Stunden: Feldenkrais Lektionen (ca. 12), Klärung thematischer Fragen, wenn gewünscht Integration mit leichten Tai Chi-Bewegungen & Meditation.

Kurskosten pro Person:

Mit Frühbucherrabatt bis 11. Januar: 360.- CHF

Bei Anmeldung ab 12. Januar 460.- CHF.



### Kursanmeldung:

Feldenkrais-Atelier Anne Münstermann

Tel: +41 79 79 100 69 [info@feldenkrais-atelier.com](mailto:info@feldenkrais-atelier.com)

[www.feldenkrais-atelier.com](http://www.feldenkrais-atelier.com)



Unterkunft Hotel Ucliva: 3 Nächte & Vollpension, excl. Kurtaxe

DZ: p.P. 367,50 CHF // EZ: 487,50 CHF

**Zimmerbuchung:** Hotel Ucliva, CH-7158 Waltensburg/Vuorz

Tel.: +41 81 941 22 42 [info@ucliva.ch](mailto:info@ucliva.ch)

