



Feldenkrais Einzelsitzungen

Funktionale Integration® auf der Behandlungsliege



Lassen Sie sich von mir bewegen!

In der Feldenkrais-Einzelsitzung liegen Sie meist bequem auf einer Behandlungsliege. Der Prozess verläuft weitgehend nonverbal. Durch sanfte und angenehme Berührung organisiert sich Ihr Körper neu. Ungenutztes Potential wird verfügbar.

Wirkung:

- **Schmerzen und Verspannungen** verschwinden
- Der **Atem** wird leichter und tiefer
- Der Körper wird als **aufrecht und stabil** erlebt, der Geist **harmonisch und gelöst**
- **Haltung und Beweglichkeit, Balance und Koordination** werden verbessert
- Die **Selbstwahrnehmung** wird geschult, das **Selbstbild** wird erweitert. Sie lernen, eigene Muster auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene zu erkennen und flexibler zu gestalten



Kostenloser Schnuppertag am Do, 5. Mai 2022

Terminvereinbarung:

Magdalena Mayer, MA
0650/3526076 oder
office@motion-manufactory.com

Ort:

Praxis am Stadtplatz, 3400 Klosterneuburg
Somart Institut, 1180 Wien

