

FELDENKRAIS®

Bewusstheit
durch Bewegung



 Regina Behrendt
Heilpraktikerin & FELDENKRAIS® Practitioner
Physiotherapeutin

FELDENKRAIS®

EINZELN ODER IN DER GRUPPE

Im FELDENKRAIS® verbinden sich neurologische Erkenntnisse der Gehirnforschung mit erprobten körperlichen Wahrnehmungsübungen.

Als FELDENKRAIS® Practitioner begleite ich Sie auf einen experimentellen Lernweg zu einem deutlicheren Körperbewusstsein.

WAS SIE DAVON HABEN:

- Ihre Bewegungen können bewusster, leichter, müheloser und geschmeidiger werden.
- Ihre Koordinationsfähigkeit kann sich verbessern.
- Sie können mehr Flexibilität und Bewegungseffizienz erleben.
- Sie können Stress reduzieren und Spannungen abbauen.
- Ihre Selbst- und Körperwahrnehmung kann sich verbessern.
- Körperliches und geistiges Wohlbefinden steigert Ihr persönliches Wohlfühl.

Ich lade Sie ein, FELDENKRAIS® kennenzulernen.

AKTUELLE TERMINE:

www.regina-behrendt.de

Karlstraße 102, 76137 Karlsruhe

info@regina-behrendt.de

Tel.: 0721 / 86 42 915

Mobil: 0151 / 51 00 98 25

