

GESUNDHEIT, WOHLBEFINDEN UND SPORT

Feldenkrais-Workshop - 3

65185 Wiesbaden, Friedrichstr. 35

Entdecken Sie die Feldenkrais-Methode in einem praxisorientierten Workshop. Der Kurs richtet sich an interessierte Menschen, die ihr Körpergefühl verbessern und ihre Beweglichkeit fördern möchten.

Wir widmen uns intensiv dem Bereich **Kiefer, Schultern und Nacken**. Sie lernen, wie Spannungen in diesen Regionen entstehen, wie sie sich auf die gesamte Körperhaltung auswirken und wie Sie mit gezielten Feldenkrais-Lektionen für Entspannung und mehr Bewegungsfreiheit sorgen können.

Für wen? Der Workshop richtet sich an Interessierte, die die Feldenkrais-Methode kennenlernen oder vertiefen möchten und ihren Kiefer, Nacken und Schultern beweglicher erleben möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, kleines Handtuch als Kopfunterlage, Getränk.

<https://www.kneipp-wiesbaden.de/standardkurse-und-angebote/kursangebote-und-veranstaltungen/feldenkrais-workshop-3/>

Weitere Informationen

Kursnummer

Feldenkrais-Workshop 2

Anmeldung

Anmeldung bei Kursleitung

Kosten

120 €, für Mitglieder 70 €

Zugang Offen (ohne Mitgliedschaft)

Barrierefrei Ja

Referent/en, Berufsbezeichnung oder Qualifikation Kerstin Mages

Format Präsenz

Termin/e

28.11.2026, 10:00 - 16:30 Uhr

Veranstaltungsort/e

Friedrichstr. 35, 65185 Wiesbaden

Wer führt das Angebot durch?

Kneipp-Verein Wiesbaden e. V.

Bismarckring 3

65183

Wiesbaden

Ansprechperson

Kerstin Mages

Kursleitung

0179 4904843

info@kneipp-wiesbaden.de

info@kneipp-wiesbaden.de

<https://www.kneipp-wiesbaden.de>

Rechtliche Hinweise

Das Impressum finden Sie im Anbieterprofil.