



**Seminar mit der Feldenkrais-Methode**

***SPRING-  
LEBENDIG***

**15./16. November 2019**

**in Erlangen**

**Fr. 17.30 - 20.00      Sa. 10.00 - 17.00**

***mit Sabina Graf-Pointner***

# ***Spring-lebendig***

Vor Freude springen – diesen unmittelbaren körperlichen Ausdruck können wir bei Kindern noch oft beobachten. Diese Bewegung körperlicher Freude durchdringt das Kind und strahlt Wachheit und Lebendigkeit aus. Nur selten lässt sich diese ganzheitliche, die ganze Person erfassende Bewegung noch bei Erwachsenen beobachten. Springen wir nicht mehr, weil wir uns nicht mehr so richtig freuen können oder ist unsere Freude gedämpft, weil uns das Springen abhanden gekommen ist? Das Springen als Ausdruck von Kraft und Vitalität zu erforschen ist Thema dieses Feldenkrais-Seminars - dazu gehört die Sprungkraft unserer Füße ebenso wie die Leichtigkeit unserer Bewegungen im Spiel mit der Schwerkraft.

**Ort:** Lebenshilfe Erlangen, Anderlohrstr. 31

**Teilnahmegebühr:** 110.- €

**Sabina Graf-Pointner:** *Feldenkrais-Trainerin; seit 1993 Feldenkrais-Lehrerin in eigener Praxis, Dipl. Soz.Päd.(FH), Heilpraktikerin*

**INFORMATION UND ANMELDUNG:** *Sabina Graf-Pointner*

Schleifmühlstr. 19, 91054 Erlangen; Tel.: 09131 537850, Email: [kontakt@feldenkrais-erlangen.de](mailto:kontakt@feldenkrais-erlangen.de)