

Online-Feldenkrais-kurse und Einzelstunden Januar bis April 2021

"Diese Lektionen haben den Zweck, die Grenzen dessen zu erweitern, was einem möglich ist; ihm das Unmögliche möglich machen, das Schwierige leicht, das Leichte angenehm."

Moshé Feldenkrais in "Bewusstheit durch Bewegung"

Die Feldenkrais-Kurse finden bis auf weiteres Online via Zoom statt

- **Montagskurs:**
25. Jan. · 1. Febr. · 8. Febr. · 22. Febr. · 1. März · 15. März · 22. März · 12. April ·
19. April · 26. April
- **Donnerstagskurs:**
28. Jan. · 4. Febr. · 11. Febr. · 25. Febr. · 4. März · 18. März · 25. März · 15. April ·
22. April · 29. April
- Zeiten jeweils 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
- Die Kosten für einen der beiden Kurse richten sich nach Deinen finanziellen Möglichkeiten und liegen in einem Preisbereich von 90 € bis 150 € (Erklärung unter "Wertphilosophisches", siehe unten)
- Bitte überweise auf das Konto bei der Heidelberger Volksbank:
IBAN: DE93 6729 0000 0042 0292 03
Stichwort: Feldenkrais Frühjahr 2021
- Anmeldung mit E-Mail:
Leonhard Thomas · Im Weiher 55 · 69121 Heidelberg
E-Mail: info@thomas-feldenkrais.de oder
Telefonisch: 06221-65 45 73, Montag bis Freitag von 8.30-9.00 Uhr

1. Online-Feldenkrais-kurse

Wegen der Pandemie bleibe ich zunächst beim Onlineformat. In den bisherigen Kursen hat sich gezeigt, dass auch so ein Gefühl des Miteinanders entsteht. Ob Online oder nicht: Der Lehrende schafft für das eigenständige Lernen einen äußeren Rahmen und günstige Bedingungen. Im Englischen gibt es dafür das Wort "facilitator", also ein "Ermöglicher", der zur Gewandtheit und Leichtigkeit anleitet.

2. Einzelstunden sind bis auf weiteres online

Die neuen **Online-Einzelstunden** haben sich für KlientInnen bewährt, die weiter weg wohnen. Einzelstunden sind vor allem dann hilfreich, wenn man spezielle Fragestellungen oder auch, wenn Bewegungen in den Kursen mit Spannungen bzw. Schmerzen schwer fallen. Eine Einzelstunde (60 bis 80 Minuten) kostet je nach Selbsteinschätzung 50 € bis 80 € (Erklärung unter "Wertphilosophisches", siehe unten).

Wertphilosophisches

Alle Menschen sind unterschiedlich und haben ihre ganz eigenen sozialen und finanziellen Hintergründe. Deswegen finden meine Angebote in einem ausgeschriebenen Preisbereich statt. Alle KlientInnen können selbst einschätzen, wo sie sich einordnen möchten. Die Freiheit, wählen zu können, bringt uns erfahrungsgemäß als Menschen mehr zusammen!

Feldenkrais? Bitte, was für ein Kreis?

Bei der Frage "Was machst Du als Beruf" komme ich genauso wie alle meine KollegInnen immer wieder in Schwierigkeiten: Wie kann ich Feldenkrais auf einfache, verständliche Weise so erklären, dass mein Gegenüber damit etwas anfangen kann.

So geht es auch dem wunderbaren Lawrence Goldfarb, der ein launiges, aber auch informatives Partygespräch aufgeschrieben hat, siehe Anhang in der Mail oder im Archiv der Webseite.