

## In die Kraft kommen - WORK-LIFE-BALANCE Verlängertes FELDENKRAIS-Wochenende im Chiemgau in Bayern oder der Steiermark 18. - 22.Mai 2023



Im Südosten Bayerns, dem Land der Berge, Seen und weissblauem Himmel veranstalten wir diesen besonderen Ferienworkshop.

Thomas und Yasmin FARNBACHER, Feldenkrais-Trainer und frisch gebackener Feldenkrais-Nachwuchs, halten gemeinsam an fünf Tagen die Feldenkrais-Gruppenlektionen (ATMs) ab, um die Gruppe intensiv zu betreuen. Ein Tag steht zur freien Verfügung, um die Gegend zu erkunden und die Seele baumeln zu lassen. Thomas hat als Coach in Unternehmen Kurse zum Thema Gleichgewicht zwischen Arbeit und Freizeit abgehalten, bzw zu deren Integration.

Der Workshop steht unter dem Motto: "Bewegung ist Leben. Leben ist ein Prozess. Verbessere die Qualität des Prozesses und du verbesserst die Qualität des Lebens selbst." (Moshé Feldenkrais)

Eigene An- und Abreise wäre am Donnerstag. Wir beginnen schon am selben Tag um 15 Uhr für ein frisches Einschwingen.

Unterbringung: Es gibt im Ort direkt einige Ferienwohnungen oder Pensionen. Wir übernehmen die Zimmerreservierung. Zum Mittag- und Abendessen gibt es verschiedene Restaurants und Wirtshäuser direkt vor Ort.

Kosten für das Seminar: Early Bird 490 € bis 18.03.2023, danach 540 €. Der Feldenkrais-Kurs ist mit dem Eingang des Kursbeitrages fest gebucht. Die Teilnahme erfolgt eigenverantwortlich.