

Oktober '20 bis April 2021 Angebote

Wintersemester Indoor KURS in LIESTAL- Dienstag, Mittwoch, Donnerstag je 1 Stunde Bewusstheit durch Bewegung.

Herbst- und Frühlingsferien PLUS: Alle Termine im Oktober und während Frühlingsferien 27.3. bei mir verlängert bis 15.4.21 finden sicher statt mit 50% Redukt. Und zusätzlich 15:30!
Alle anderen Termine finden statt, wenn Anmeldungen mindestens 3 Tage vorher gebucht und Mindestteilnehmer erreicht sind.

Privatlektionen Indoor in Liestal Feldenkrais Funktionale Integration Termine nach Vereinbarung, Fischmarkt 34

Outdoor Privatlektionen, nach Vereinbarung

Child'Space Indoor, Privatlektionen für Familien Termine und Ort nach Vereinbarung

Beratung, Coaching, Weiterbildung

für Komplementärtherapeutische Fachpersonen,
Pflegefachpersonen, andere Fachpersonen aus Spit-In und Spit-Ex,
pflegende Angehörige
mögliche Themen: komplexe Pflegesituationen / eigene
Arbeitsorganisation / praktische Fallbearbeitung
Inhalt, Form, Termine und Ort nach Vereinbarung

*Zoom oder Skype Einzel- und Kleingruppenlektionen nach
Vereinbarung für Feldenkrais Methode und Beratung;
Preisgestaltung: 1/3 Reduktion vom visavisPreis*

Feldenkrais®, eine Körper-Lernmethode, begründet und entwickelt von Moshé Feldenkrais (1904-1984) und die darauf basierenden Methoden ChildSpace, Bones for life können ...

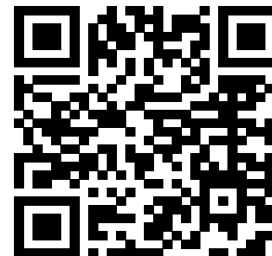
...behilflich sein, das zu ändern, was Du schon länger versuchst
...Dich dabei unterstützen, Dein Potential zu erhalten und zu erweitern
...Dir bewegungsbedingte Zusammenhänge verständlicher werden lassen

Bewusstheit durch Bewegung, Gruppenlektionen: Jede Person entwickelt einen persönlichen Lernprozess durch vielfältige Anregungen von und rundum Funktionen alltäglicher Aktivitäten.

Funktionale Integration, Einzellektion: Dein persönlicher Lernprozess wird durch Berührung, Bewegung und Anregungen mit mir bearbeitet und anhand spezifischer Fragestellungen und Funktionen integriert. Dabei unterstütze ich Dich individuell.

Feldenkrais Outdoor, Der Übertrag und die Anwendung der Feldenkrais Methode beim Gehen ist das Ziel dieser Lektionen. In der Komplexität vom Gehen - sich aufrecht in der Welt orientieren und bewegen - nachhaltige Änderungen erfahren und selbst bewirken. Durch Anwenden entsteht ein "dir zu eigen machen" und du kannst es nach und nach als neue Routine verinnerlichen. Ein Lernprozess mit Herausforderungen.

Kornelia Himmel *1964, seit 1987 = über 33 Jahren beschäftige ich mich persönlich und beruflich mit der Feldenkrais Methode und bin immer wieder begeistert von der Vielfalt der Anwendungsgebiete. Beim Rudern, Arbeiten und Gehen wende ich immer wieder die Prinzipien an und kann damit meine Selbstorganisation von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit sinnvoller dosieren. Seit 1992 bin ich ausgebildete Feldenkrais® Lehrerin und unterrichte regelmässig rundum psychosomatische, rehabilitative, musische und sportliche Fragestellungen.



e-abo - die smarte Kursverwaltung

Anmeldung über eAbo, bitte linken Code einsannen, bei App kostenlos registrieren und direkt anmelden

Anmeldung per Telefon oder WhatsApp an +41 79 706'01'88

Anmeldung per Email an khimmelmobil@gmail.com

Feldenkrais Methode Bewusstheit durch Bewegung Okt '20- Apr 2021 Gruppenlektionen

Ort: Fischmarkt 34, Liestal, Mittwoch EG, Di&Do 3.OG; 2-6 Teiln. à 60min

Individuell buchen

	Herbst- ferien PLUS 15:30 17:30	Nov 17:30	Dez 17:30	Jan 17:30	Febr 17:30	Mrz 17:30	Frühlings- ferien PLUS 15:30 17:30
Di	6 13 20	3 10 17 24	1 8	19 26	2 9 16 23	9 16 23	30M 6A 13A
Mi	7 14 21	4 11 18 25	2 9	20 27	3 10 17 24	10 17 24	31M 7A 14A
Do	8 15 22	5 12 19 26	3 10	21 28	4 11 18 25	11 18 25	1A 8A 15A

20 Lektionen für 410Fr = spare 150Fr Verfall nach 6 Monaten
10 Lektionen für 210Fr = spare 70Fr Verfall nach 4 Monaten
5 Lektionen für 110Fr = spare 30Fr Verfall nach 6 Wochen
3 Lektionen für 66Fr = spare 18Fr Verfall nach 4 Wochen
1 Lektion für 28Fr

Herbst- und Frühlingsferien PLUS = 50% Reduktion:

1x =14.-; ab 2-9x = 11.- pro Lektion

Zahlbar vor Beginn mit Einzahlung oder bar

Anmeldung bis spätestens 3Tage = 72Stunden vor Termin

Abmeldefrist bis spätestens 2Tage = 48Stunden vor Termin

Bei Arztzeugnis Gutschrift, gültig 12Monate

Teilnahme und Versicherung in Eigenverantwortung

Feldenkrais Methode Spezialformate

1 Lektion Outdoor für 110 Fr (73.- Internet)

1 Privatlektion Funktionale Integration / ChildSpace für 130Fr (86.-Internet)

5 Lektionen Paket bei Vorauszahlung minus 10% Verfall nach 6 Monaten

10 Lektionen Paket bei Vorauszahlung minus 15% Verfall nach 12 Monaten

Beratung, Coaching, Weiterbildung Termine nach Vereinbarung;

Kosten nach Aufwand: erste 75min 130,- jede Folge Stunde 120.- pro Rata

Zahlbar vor Beginn mit Einzahlung oder bar

Anmeldung laufend

Abmeldefrist Absagen weniger als 24 Std vor Termin, werden vollumfänglich

verrechnet. Bei Arztzeugnis Gutschrift, gültig 3Monate.

Teilnahme und Versicherung in Eigenverantwortung

Wintersemester

Oktober 2020 bis April 2021

Angebote



H I M M E L M O B I L

KORNELIA HIMMEL

Feldenkrais® Lehrerin

Fischmarkt 34

4410 Liestal

079 / 706'01'88

khimmelmobil@gmail.com