

Seminarkalender 2019

Jede Woche Feldenkrais *begleitet Sie durch das Jahr: beweglich, mühelos und körperbewusst*

Montags 17.45- 19.00 Uhr SG-BR, Sportgemeinschaft des Bayer. Rundfunks, Arnulfstr. 3,
www.sg-br.de/ Sparten/ Feldenkrais, für BR-Mitarbeiter sowie alle Interessierten

Dienstags 18.30-19.45 Uhr STUDIO Wörthstr. 26, Rgb. Souterrain, nahe Ostbahnhof

15.01.-26.02. und 12.03.-19.04. 12 Termine, Seminargebühr: 216 €, getrennt belegbar: 126 €/ 90 €

30.04.-21.05. und 25.06.-16.07. 08 Termine, Seminargebühr: 144 €, getrennt belegbar: 72 €/ 72 €

01.10.-22.10. und 05.11.-10.12. 10 Termine, Seminargebühr: 180 €, getrennt belegbar: 72 €/108 €

Donnerstags 08.45-10.00 Uhr STUDIO Wörthstr. 26, Rgb. Souterrain, nahe Ostbahnhof

17.01.-28.02. und 14.03.-11.04. 12 Termine, Seminargebühr: 216 €, getrennt belegbar: 126 €/ 90 €

02.05.-23.05. und 27.06.-18.07. 08 Termine, Seminargebühr: 144 €, getrennt belegbar: 72 €/ 72 €

10.10.-24.10. und 07.11.-12.12. 09 Termine, Seminargebühr: 162 €, getrennt belegbar: 54 €/108 €

20 € Frühbucherbonus, Schnupperstunde, Versäumte Termine, Näheres siehe *

Samstage *in München*

Themenbetont geht es von Kopf bis Fuß um Gesundheit und Wohlbefinden

19.01.2019 10-16.00 Uhr Ein Tag für Skeptiker und alle Interessierten – Basics und Specials

16.03.2019 10-16.00 Uhr Die Augenfunktion verbessern und in die Körperbewegung integrieren

06.07.2019 10-16.00 Uhr Joggen oder Gehen mit leichten Beinen aus Hüfte und Becken

12.10.2019 10-16.00 Uhr Rippen revitalisieren für einen lebendigen Brustkorb

16.11.2019 10-16.00 Uhr Mouse-Hand oder Musikerhände – für Fingerfertigkeit und kraftvollen Einsatz

STUDIO Wörthstr. 26, München-Haidhausen, Rgb. Souterrain, nahe Ostbahnhof

Samstag einzeln 80 €, Frühbucher bis jeweils 4 Wochen zuvor 75 €

FerienSeminare

Bewegungslernen vertiefen, Erholung finden und Ressourcen stärken

03.01.- 06.01.2019 Penzberg Jahresbeginn in ZIST, nahe München im bayer. Voralpenland, köstliche Verpflegung,
www.zist.de, Kursgebühr: 260 €, Bonus bis 22.11.: 230 €, VP: 61-117 €/Tag

12.04.- 14.04.2019 München 3 City-days in München, STUDIO Wörthstr. 26 (Fr 14-20 Uhr/ Sa+So 10-16 Uhr)
Kursgebühr: 240 €, Bonus bis 01.03. 220 €/ Auswärtige: Unterkunft selbst buchen

10.06.- 16.06.2019 Bernried Pfingstferien im Kloster Bernried in traumhafter Lage am Starnberger See (Seezugang)
www.bildungshaus-bernried.de, Kurs: 400 €, Bonus bis 15.04.: 360 €, VP: 71- 84 €/Tag

08.09.- 14.09.2019 Oberbozen Nach den Sommerferien, Haus Lichtenstern auf dem Ritten/ Südtirol, Dolomitenpanorama,
www.hdf.it, Kursgebühr: 430 €, Bonus bis 14.07. 390: €, VP: EZ: 67 €, DZ 54 €/Tag

31.10.- 03.11.2019 Donaumoos Allerheiligentage, Oase Steinerskirchen/ Pfaffenhofen a.d.Ilm, jahrhundertealter Kraftplatz,
www.oase-steinerskirchen.de, Gebühr: 260 €, Bonus bis 19.09.: 230 €, EZ 78 €, DZ 64 €

02.01.- 05.01.2020 Penzberg Jahresbeginn in ZIST, nahe München im bayer. Voralpenland, köstliche Verpflegung,
www.zist.de, Kursgebühr: 260 €, Bonus bis 08.11.: 230 €, VP: 61-117 €/Tag

Beginn jeweils 18 Uhr, Ende 13 Uhr des genannten Tages, **außer**: City-days München und Oberbozen (hier Ende nach dem Frühstück)
Wenn Sie nahe einem Tagungshaus leben oder sich selbst eine Unterkunft suchen möchten, ist ‚ambulante‘ Teilnahme möglich.

* **Jede Woche Feldenkrais**: 20 € Frühbucherbonus bei Anmeldung bis 4 Wochen zuvor für den gesamten Kurs und Überweisung
der Kursgebühr innerhalb 7 Tagen nach Zusage. Frühbucherbonus für das 1. Quartal bis 01.01.2020. Versäumte Termine können
Sie jederzeit vor- oder nachholen in einer der anderen Gruppen. Immer in einem, auch späteren, Kurs, zu dem Sie eingeschrieben
sind. Kommen Sie gerne zu einer kostenfreien Schnupperstunde am ersten Kurstag, mit Vereinbarung.

Information und Anmeldung, wenn nicht anders angegeben, bei Angelika Kitt: Tel. 089-44 88 723, angelika.kitt@t-online.de, www.feldenkrais-kitt.de
Sie erhalten eine Anmeldebestätigung und weitere Infos, beziehungsweise Nachricht, wenn der Kurs ausgebucht ist.
Bankverbindung: Postbank München, IBAN: DE62 7001 0080 0239 7788 08, BIC: PBNKDEFF