Edith Wälti

Die Feldenkrais-Methode ist eine Lernmethode. Sie regt dazu an, unseren Körper durch Bewegung bewusster wahrzunehmen. Wir lernen gewohnte, alltägliche Bewegungsmuster erkennen und zu verbessern. Dies führt zu einem Umlernen das die gesamte Persönlichkeit erfasst und zu erhöhter körperlicher und geistiger Beweglichkeit führt.

Dipl. Feldenkraislehrerin, Ausbildung ‚Bewusstheit durch Bewegung' 1991 – 1995, regelmässige Weiterbildung bei verschiedenen Feldenkrais-TrainerInnen.
Ausbildung zur Tanzleiterin internationale Tänze Pro Senectute Zürich, jährliche Weiterbildungen.

Heidi Hafen

„Tragend in der ‚Meditation des Tanzes' ist für mich die Freude an der Bewegung, als Ausdruck des Lebendig-Seins. Es ist die Lebensfreude, die weitet und verbindet. Tanzend lasse ich mich berühren von der Schönheit und Vielfalt der Musik, in der Verbindung mit dem Reichtum der Choreographien – ihren Schritten und Gebärden – ihren Formen und Symbolen. Diese wortlose Sprache kann uns in die Stille führen – die Kraftquelle allen Seins.

Ausbildung 1989 – 1992, Aufbaustudium 1998 am AUSBILDUNGSINSTITUT MEDITATION DES TANZES SACRED DANCE E.H. Kloke - Eibl, regelmäßiger Unterricht in klassischem Tanz, Kurse bei verschiedenen TanzlehrerInnen und an einer Mimenschule, Lehrbeauftragte des Ausbildungsinstitutes.

Meditation des Tanzes
Sacred Dance
Heidi Hafen

Tanzen und Feldenkrais

4. – 6. Oktober 2024

Wetzikon

Rudolf Steiner Schule

Mitarbeit

Edith Wälti

Feldenkrais,
Bewusstheit durch Bewegung

✦

. . . bewegt als ganzer Mensch

Christa Peikert-Flaspöhler

✦

Heidi Hafen
Florastrasse 5
CH-8620 Wetzikon
0041 44 932 6282

www.Heidi-Hafen.de
hafen.heidi@bluewin.ch

Leben ist Bewegung, beweglicher werden heisst lebendiger werden.

Moshé Feldenkrais

Kurszeiten	Freitag	19.00 – 21.00 h
	Samstag	10.00 – 18.00 h
	Sonntag	10.00 – 13.00 h

Kurskosten sfr 160.- bis 240.-
(Selbsteinstufung)
Die entsprechenden Preise in sfr werden bei Anmeldeschluss festgelegt.

Anmeldung
bis 7 Tage vorher
bei Heidi Hafen
Florastrasse 5
8620 Wetzikon
044 932 62 82
hafen.heidi@bluewin.ch

Übernachtungsmöglichkeiten auf Anfrage bei Heidi Hafen

Anreise
ab Bahnhof Wetzikon
Bus 852 oder 853 bis
Haltestelle Robenhausen
oder Haldenstrasse

Bei Annullierung bis 4 Wochen vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von Sfr 30.- / Euro 20.- erhoben. Bei Absage bis 14 Tage vor Kursbeginn werden 50% der Kursgebühren fällig, danach werden die Kursgebühren voll berechnet, wenn nicht eine andere Person den reservierten Platz übernehmen kann.