

Feldenkrais



Sonne und Meer

Sich wohlfühlen und die Lebenskraft stärken!

Freuen Sie sich auf die wohltuenden Impulse der **Feldenkrais Methode** im Zusammenwirken mit dem besonderen Licht und den Farben auf der **Sonneninsel Mallorca**. Vom

1. September bis 8. September 2019

kommen wir im kleinen Badeort Cala Santanyi im Süden von Mallorca zweimal täglich im Hotel für eine Feldenkrais-Stunde (10 Stunden à 60 Minuten) zusammen.

Im Laufe des Tages haben Sie ausreichend Gelegenheit, sich an den neuen und leichteren Bewegungen zu erfreuen. Sie werden sich dabei vielseitiger und vollständiger wahrnehmen - etwa wenn Sie Ihre neugefundene aufrechte Haltung bei einer Wanderung im eigenen Schritt und Tempo ausprobieren, beim Schwimmen im Meer, beim Fahrradfahren zum Markt in Santanyi oder beim Entdecken der Schönheiten des Naturparks Mondrago.

Die Erfahrung der neugefundenen Leichtigkeit und Lebendigkeit wird bis in Ihren Alltag in Deutschland hinein weiterwirken!





Zeitraum und Feldenkrais-Angebot

Die individuelle Anreise ist am Sonntag 1. September. - die Abreise am Sonntag, 8. September 2019.

Wir kommen täglich jeweils eine Stunde morgens nach dem Frühstück und abends vor dem Abendessen im hauseigenen Gruppenraum zu den Feldenkrais - Stunden zusammen (am Mittwoch nur abends wegen des Markttages in Santanyi und Samstag nur morgens eine Stunde). Für die Feldenkrais - Stunden benötigen Sie lediglich bequeme Kleidung. Liegematten sind vorhanden.

Es stehen 15 Plätze zur Verfügung.

Die **Kursgebühren betragen 200 Euro.**

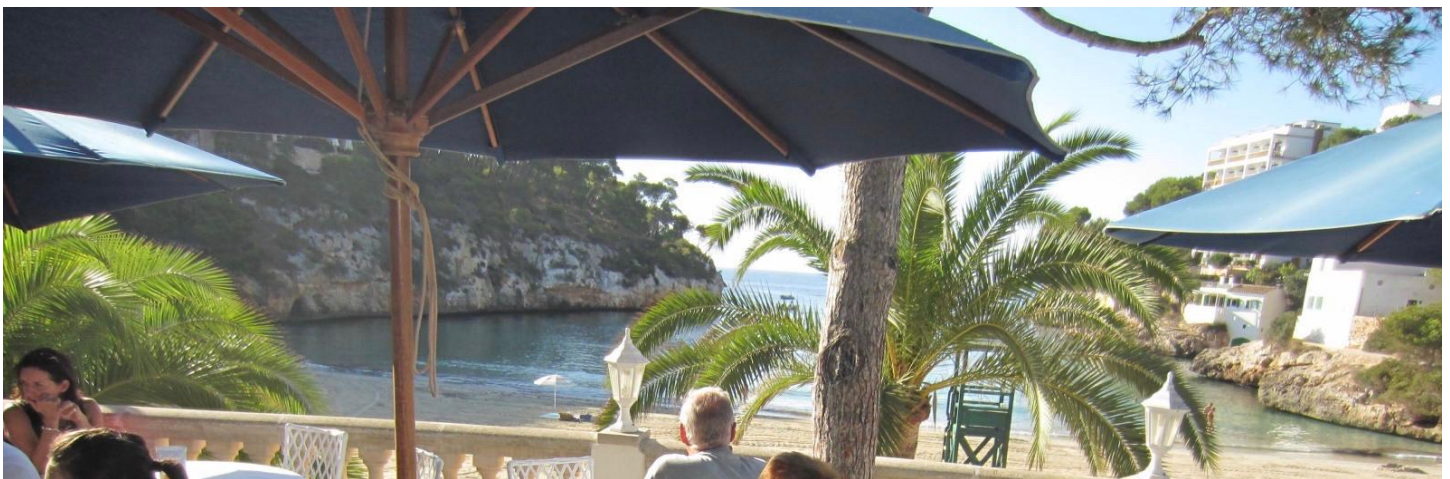
Kursleitung

Maria Albrecht, geboren in Hamburg. Sie ist seit 1995 als Feldenkrais Pädagogin in einer eigener Praxis in Stade bei Hamburg tätig . www.lifemove.de

Susanne Leutenegger ist in der Schweiz geboren, wohnt seit 25 Jahren in Cork und unterrichtet seit 2008 die Feldenkrais Methode. www.feldenkraiscork.com

Kursort ist das Hotel Cala Santanyi

www.hotelcalasantanyi.com



Unser Gruppenangebot im Hotel Cala Santanyi

Nach Ihrer Wahl wohnen Sie entweder

- im **Hotel mit Halbpension**. Frühstücksbuffet und Abendbuffet auf der Terrasse, siehe Foto
- im **Apartment mit Halbpension**. Frühstücksbuffet und Abendbuffet wie im Hotel.

Bitte informieren Sie sich auf der Webseite www.hotelcalasantanyi über die verschiedenen Zimmerkategorien.

Die Rezeption ist Ihnen gerne bei der Buchung behilflich. Sie sprechen Deutsch.

Wir helfen auch sehr gerne.

Erwähnen Sie bei Ihrer Buchung bitte unbedingt, dass Sie das **Gruppenangebot der Feldenkrais-Gruppe Albrecht-Leutenegger** buchen möchten.

Das Hotel ist sehr beliebt und schnell ausgebucht. Wir raten deshalb, möglichst bald zu buchen.

Anreise

Flug nach Palma de Mallorca.

Die Taxifahrt vom Flughafen nach Cala Santanyi dauert etwa 60 Minuten und kostet ca. 60 Euro.

Außerhalb des Flughafengebäudes ist ein Taxistand. Das Hotel organisiert auch Transfers (mindestens einen Tag vorher bestellen). Es gibt auch Bustransfers.

Die Buchung von Flug, Transfer und Hotelunterkunft im Hotel Cala Santanyi bleibt Ihnen überlassen.

Wir sind Ihnen dabei gerne behilflich und koordinieren gegebenenfalls Reise bzw. Transfer Gruppen.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und geht nach Eingang der Anmeldungen.

Sind Sie interessiert und möchten sich anmelden, einen Platz reservieren oder weitere Informationen?

Dann nehmen Sie bitte Kontakt auf mit

Ilse von Lacroix

Krähenkoppel 30

21682 Stade

Email: ilse.lacroix@web.de

Telefon: 04141/83520 oder 0151/68159099