



Kursablauf

Freitag

17.00 Kursbeginn
19.00 gemeinsames Abendbuffet

Samstag

8.30 Programm
9.30 Frühstück
10.30 Programm
13.00 Mittagessen
15.30 Programm
ab 18.00 kann der Abend individuell gestaltet werden

Sonntag

8.30 Programm
9.30 Frühstück
10.30 Programm
13.00 Abschluss
anschließend Mittagessen

Über mich

Susanne Wolk (*1971)

- seit 2001 Gilde lizenzierte Feldenkrais-Lehrerin®
- Mitglied im Feldenkrais-Verband Deutschland e.V.
- 2003 eigenes Feldenkrais-Studio in Berlin Mitte
- staatlich anerkannte Physiotherapeutin (über 25 Jahren Berufserfahrung)
- Mutter eines Sohnes

Kontakt

Susanne Wolk
Gilde lizenzierte Feldenkrais-Lehrerin®
Physiotherapeutin
Heilpraktikerin

Zionskirchstr. 4
10119 Berlin

Telefon 030 44 045 051

www.feldenkrais-studio.de



Ich bin Mitglied im
Feldenkrais-Verband Deutschland e.V.



Feldenkrais Studio
Susanne Wolk



Feldenkrais
Wochenend-Workshop
im Schlaubetal
regelmäßig im
März und Oktober

Seit 2004 lade ich regelmäßig zweimal im Jahr zu einem Feldenkrais-Wochenend-Workshop im Hotel Kaisermühle in Müllrose ein.

Der Kurs

An diesem Wochenende unterrichte ich insgesamt neun Feldenkrais-Stunden („Bewusstheit durch Bewegung“) zu einem ausgewählten Thema, welches Sie der aktuellen Werbung entnehmen können. Unterschiedliche Blickwinkel und verschiedene Positionen ermöglichen eine tiefgreifende Auseinandersetzung mit dem Thema. Der Austausch miteinander und die wunderschöne Umgebung schaffen eine einmalige Lernatmosphäre. Gewohnte Bewegungsabläufe verbessern sich und neue Wege werden verfügbar.

Der Kurs eignet sich für Feldenkrais-Interessierte jeden Alters und jeder Konstitution, sowohl zum Kennenlernen der Feldenkrais-Methode, als auch für Erfahrene.



Der Ort

Der Kurs findet in dem charmanten kleinen Hotel Kaisermühle in Müllrose statt. Es ist eine allein stehende alte Mühle, umgeben von Wald und Wasser, mitten im Naturpark Schlaubetal.

Die insgesamt 14 Hotelzimmer verfügen jeweils über ein Doppelbett oder zwei Einzelbetten und ein kleines Bad. Alle Zimmer sind sehr liebevoll und individuell eingerichtet und tragen klangvolle Namen wie Prinzessingemach, Tulpentraum oder Sonnenlade.



Zum Haus gehört ein gemütliches Restaurant. Moderne regionale Küche wird hier in angenehmer Atmosphäre serviert.

Der zum Haus gehörende Kursraum bietet Platz für 12 Teilnehmer/innen.

Die Umgebung



... lädt zu Spaziergängen im unmittelbar umgebenden Wald oder am nahe gelegenen Oder- Spreekanal ein.

Anreise

Die Anreise erfolgt individuell. Müllrose liegt ca. 100km östlich von Berlin und ist mit dem Auto über die A12 erreichbar. Mit der Bahn erfolgt die Anreise über Frankfurt/Oder. Vom Bahnhof Müllrose kann auf Wunsch abgeholt werden.

Preis

siehe aktuellen Flyer/ Webseite, im Preis inbegriffen sind der Kurs (siehe Ablauf), zwei Übernachtungen mit Frühstück und Mittagessen und das Abendbuffet am Freitag

