



SCHULE FÜR AIKIDO & FELDENKRAIS in Ulm - Vöhringen - Illerrieden



Josef Daam - Ergotherapeut - 6. Dan Aikido
Tel: 08337 2972891 oder 0176 47790496
jo-da@gmx.de - www.aikido-feldenkrais.de

FELDENKRAIS

„Alles Leben ist Bewegung.
Beweglicher zu werden
heißt lebendiger werden -
körperlich - geistig - seelisch.“

„Ich glaube, dass die latenten
Fähigkeiten eines jeden von uns
beträchtlich größer sind, als die,
mit denen wir leben.“

„Was ich anstrebe, sind nicht bewegliche
Körper sondern bewegliche Gehirne.
Was ich anstrebe ist, jeder Person ihre
menschlichen Würde wiederzugeben“

Moshé Feldenkrais

FELDENKRAIS IN ULM & ILLERRIEDEN

ORT HIPP KAMPFKUNST im BLAUTAL-CENTER*
Blaubeurer Str. 95 - 89077 Ulm

ZEIT Dienstags 18:30 - 19:30

ORT ERGOTHERAPIE-PRAXIS SONTHEIMER*
Mörikestraße 35 - 89186 Illerrieden

ZEIT Donnerstags 19:00 - 20:15 - Winterzeit
Donnerstags 20:00 - 21:15 - Sommerzeit

KOSTEN 100 € für 10er Karte - 12 € für einzelne Stunde

INFO Josef Daam - 08337 2972891 - 0176 47790496
jo-da@gmx.de - www.aikido-feldenkrais.de



* Offene Gruppe - Einstieg ist jederzeit möglich

BITTE ZUM FELDENKRAIS MITBRINGEN

KLEIDUNG - bequem, ohne Reißverschluß oder Knöpfe
- warme Socken und/oder Hausschuhe

LAGERUNG - Yogamatte oder dicke Decke als Unterlage
- evtl. dünne Decke zum Zudecken
- großes Handtuch zur Kopflagerung in RL
- festes Kissen zur Kopflagerung in SL