

# **Beweglich von Kopf bis Fuß**

## **mit der Feldenkrais-Methode®**

Mit einer Reihe von Bewegungsfolgen wird an der Qualität der Körper-Koordination gearbeitet. Die natürliche Beweglichkeit wird geschmeidiger, die Funktionszusammenhänge der Gelenke zwischen Fuß und Wirbelsäule werden verbessert und so das Gleichgewicht trainiert.

Die Verspannungen, die Bremsen in der Beweglichkeit zu lösen, neue Bewegungsmuster zu finden und in den Tagesablauf einzufügen, sich selbst etwas Gutes zu tun, sich wieder in seiner Haut wohlfühlen, ist Ziel dieses Wochenendkurses.

### Wie funktioniert es?

Mit verbal angeleiteten, anstrengungsfreien Übungen, die Dr. Moshé Feldenkrais (1904 - 1984) entwickelte, können Menschen jeden Alters und in fast jeder körperlichen Verfassung ihre Beweglichkeit neu entwickeln.

Dieses Seminar wird von der BKK securvita bezuschusst!



---

### **ANMELDUNG Bad König – SEMINAR Fax 03943-6305051**

Hiermit melde ich mich für das Seminar vom **19. – 21. September 2025** an:

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Straße/ Nr. \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Beruf \_\_\_\_\_ Alter \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_

Die Teilnahmegebühr / Anzahlung ist am \_\_\_\_\_ überwiesen worden.

Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und akzeptiert.

Ich habe zur Kenntnis genommen, dass im Falle einer späteren Stornierung meinerseits Kosten entstehen können.

Ort/Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

**Bitte mitbringen:** eine Decke, evtl. ein kleines Kissen, bequeme Kleidung und warme Strümpfe

**Referent:** Ralf Ziegler FELDENKRAIS®-Pädagoge  
lizenziertes Mitglied des FELDENKRAIS® Verbandes Deutschland e.V.  
für Fragen: Mobil 0171 – 755 2436

**Kursort:** **Odenwald-Therme, Gymnastikraum, Elisabethenstr. 13,  
64732 Bad König**

**Termin:** **19. – 21. September 2025**  
Freitag 18.00 bis 21.15 Uhr  
Samstag 10.00 bis 18.00 Uhr  
Sonntag 10:00 bis 13:15 Uhr

**Anmeldung:** Durch Einsenden des unteren Abschnitts an:  
FELDENKRAIS®-Praxis Ralf Ziegler oder über [www.feldenkrais-ziegler.de](http://www.feldenkrais-ziegler.de)

**Verpflegung:** Eine gesunde Pausenversorgung mit frischem Obst und Getränken aus vornehmlich ökologischer Erzeugung ist im Preis enthalten.

**Kosten:** Die Kursgebühr beträgt **290,00 €**.

**Bankverbindung:** Ralf Ziegler comdirect  
IBAN: DE78 2004 1133 0745 8359 00  
BIC: COBADEHD001  
Verwendungszweck: Bad König September 2025/4091

**Einzelstunden:** in "Funktionale Integration" sind außerhalb der Seminarzeiten möglich

**Fortbildungspunkte:** Für Ergo's u. PT's, Logo's, Rückenschullehrer und Übungsleiter werden nach kurzzeit geltenden Richtlinien für dieses Seminar 15 Fortbildungspunkte auch zur Lizenzverlängerung anerkannt.



**Teilnahmebedingungen:**

Mit der verbindlichen Anmeldung wird die Kursgebühr fällig, mindestens jedoch eine Anzahlung von 50,00 €.

Wir empfehlen weiterhin eine Seminar- / Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei „Ergo“

abzuschließen. Hierfür bitte den QR-Code scannen Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Reihenfolge des Geldeinganges bestimmt die Platzvergabe. Wenn ein Kurs bereits belegt ist, teilen wir Ihnen das unverzüglich mit, natürlich erhalten Sie Ihre Kursgebühr zurück.

**Absagen:** Sollte ein Kursplatzbewerber seine Teilnahme an einer Veranstaltung absagen, so besteht – unabhängig vom Grund seiner Absage – Anspruch auf Rückerstattung der Teilnehmergebühr von • 100 %, wenn er früher als 8 Wochen vor Kursbeginn absagt, • 50 %, wenn er zwischen 4 und 8 Wochen vor Kursbeginn absagt bzw. • 30 %, wenn er zwischen 2 und 4 Wochen vor Kursbeginn absagt. Bei Absagen nach diesem Zeitpunkt oder Nichterscheinen wird die volle Gebühr erhoben. Bei Umbuchung oder Stornierung wird eine Gebühr in Höhe von 50,- € fällig. Wir empfehlen weiterhin eine Seminar- / Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei „Ergo“ abzuschließen. Hierfür bitte den QR-Code scannen. Ersatzteilnehmer können jederzeit kostenfrei gestellt werden. Die Teilnahme geschieht auf eigene Verantwortung und ersetzt keine Therapie. Änderungen vorbehalten.  
Dieses Seminar wird angeboten von der FELDENKRAIS®-Praxis Ralf Ziegler, 56182 Urbar b. Koblenz.



# ANMELDUNG

Bitte diesen Abschnitt mit ausgefüllter Rückseite in einen Umschlag und ab die Post!!!

Bitte senden Sie weitere Programme /  
Anmeldungen für das Feldenkrais -  
Seminar an folgende Adresse

Feldenkrais-Praxis  
Ralf Ziegler  
Burgstraße 46  
38855 Wernigerode