



Aus der Reihe "Mitglieder für Mitglieder Veranstaltungen"

22.02.205: Christof Ganss und Bettina Häberlin „Feldenkrais und Akrobatik“

Schon abgeschreckt? Viele Feldenkrais-Practitioner zucken beim Begriff Akrobatik zurück, oft assoziiert mit Anstrengung und Kraft. Doch was braucht es wirklich? Ein feines Körpergespür, präzise Gewichtsverlagerung, gutes Gleichgewicht, Raumorientierung und Umgang mit Emotionen – alles Prinzipien, die im Feldenkrais vertraut sind und die wir stets weiterentwickeln. Akrobatik lässt uns diese spielerisch erleben.

In unserem Online-Seminar machen wir zwar keine Partnerakrobatik, stellen aber das Konzept „Akrobatik als Feldenkrais-Labor“ vor. Im digitalen Format kombinieren wir Theorie zu Gleichgewicht und Schwerkraft mit praktischen Übungen. Benötigt werden ein Stuhl, ein harter Ball (z.B. Tennisball) und eine Matte. Wir freuen uns auf Euch!

Bettina Häberlin: Feldenkrais Practitioner seit 2014. Physiotherapeutin mit Schwerpunkt Neurologie, Schwindel und Gleichgewicht.

Mein Bewegungsinteresse: Wie beeinflussen wir Bewegung und wie sie uns? Theorie und Praxis, finde ich beides bereichernd.

Christof Ganss: Feldenkrais Practitioner seit 2014. Ingenieur, Consultant, vielseitig interessierter Mensch.

Vielfältige Bewegungserfahrungen: Kunstturnen, Akrobatik, Jonglage, Contact Improvisation, Klettern, Kyudo etc