

PRESSEINFORMATION

Angelika Peters / Irene Sieben

Das große Feldenkrais-Buch

Pappband, 208 Seiten

Format 16 x 22 cm

19,95 € (D) / 20,60 (A) / sFr 36,00

ISBN 978-3-7205-5038-3

Irisiana im Heinrich Hugendubel Verlag

Erscheinungstermin: **März 2008**

Das Standardwerk zur Feldenkrais-Methode

Die seit vielen Jahren bewährte Feldenkrais-Methode zielt darauf ab, positiv auf individuelle Bewegungsabläufe und somit auch auf persönliche Verhaltensmuster einzuwirken. Dieser Ansatz hat große Anerkennung im Gesundheitssystem, bei der Förderung von Kindern und Jugendlichen sowie in der betrieblichen Vorsorge gefunden. **Angelika Peters** und **Irene Sieben** geben in ihrem Standardwerk ***Das große Feldenkrais-Buch*** einen umfassenden Einblick in die Grundlagen dieser Körpertherapie und erläutern deren vielfältige Anwendungsmöglichkeiten für ein ganzheitliches Wohlbefinden. Die Autoren beschreiben die historische Entwicklung sowie die Hintergründe der Feldenkrais-Methode. Ein Übungsteil mit den häufigsten Problemen des Alltags - wie beispielsweise Stress, Unkonzentriertheit, Spannungskopfschmerz, Rücken- und Schulter-Nacken-Beschwerden - rundet diesen umfassenden Ratgeber ab.

Irene Sieben wurde bei Mary Wigman und Manja Chmiel zur Tänzerin und Tanzpädagogin ausgebildet. Sie ist Feldenkrais-Lehrerin und Mitbegründerin und Lehrerin der TanzTangente Berlin. Als Journalistin arbeitet sie seit mehr als 35 Jahren für *tanx aktuell*, *ballettanx* und *Tanzjournal*, überwiegend im Bereich „somatisches Lernen“. Sie hat einen Lehrauftrag für „erfahrbar“ Anatomie und Feldenkrais an der Universität der Künste, Berlin und lebt in Berlin

Angelika Peters ist Kulturwissenschaftlerin, Feldenkrais-Lehrerin und Atemtherapeutin (Ilse Middendorf). Sie ist Begründerin der Zeitschrift *tanx aktuell* (heute *ballettanx*) und ist dort verantwortlich für den Aufbau des Ressorts Körper- und Bewegungspädagogik. Seit mehr als 15 Jahren arbeitet sie in der Erwachsenenbildung und Gesundheitsvorsorge und ist 1. Vorsitzende des Feldenkrais-Verbandes Deutschland. Sie lebt in Berlin.

Weitere Informationen:

Heinrich Hugendubel Verlag, Presse und Öffentlichkeitsarbeit, Susanne Fink

Tel: 089/ 23 55 86-160/ -117 Fax: -116 E-Mail: susanne.fink@hugendubel-verlag.de

Bitte schicken Sie uns einen Beleg Ihrer Rezension. Vielen Dank!