

# **Funktionelles Sensomotorik Training**

11. November 2020

Ab 21. Okt. 2020 6x Dienstag 18-19:00 Uhr

Preis: Mitglieder 24 €, Nichtmitglieder 42 €

Funktionelles Sensomotorik-Training

Wir üben hier gemeinsam für mehr Beweglichkeit, Koordination und ein gutes Körpergefühl. In diesen Übungsstunden wird der eigene Körper bewusst wahrgenommen, die eigenen Bewegungen werden gespürt und erlebt. In meinen Kursen werden neben sensomotorischen Übungen nach Dr. Pohl auch weitere Übungen nach Moshe Feldenkrais und Thomas Hanna vermittelt.

**Anne Aschenbrenner -Physiotherapeutin, Heilpraktikern und Pohltherapeutin**

Auch für Männer geeignet, jedes Alter ist willkommen, max. 10 Teilnehmer

Bequeme Kleidung, großes Handtuch

Ort: Praxis Mobilis, Thierlstein 12, 93413 Cham-Thierlstein

---