



Weicher Kiefer – knirschfreie Zähne

Ein Workshop nach Feldenkrais für einen entspannten Nacken, weichen Kiefer und Zähne die nicht knirschen

Wenn Sie...

- Viel am PC arbeiten
- Manchmal etwas verbissen sind
- Gestresst sind
- Im wahrsten Sinne des Wortes immer auf die Zähne beißen
- In der Nacht mit den Zähnen knirschen

...dann kann ihnen dieser Workshop Erleichterung verschaffen

Durch spezifische Feldenkrais Lektionen werden Sie sich Ihrer Bewegungsmuster bewusst, können diese verändern und die Muskulatur im Nacken und Kiefer entspannen

Kursinhalt: Feldenkrais Lektionen (Bewusstheit durch Bewegung)
Datum: Samstag, 07. April 2018
Zeit: 14:00 – ca. 17:30
Kosten: CHF 80.00
Anmeldung: bis 05. April 2018
an ernst.günther.vitastisch.ch (Telefon oder Email)
Kursort: Unterägeri (Lokalität ist abhängig von der Anzahl Teilnehmer/innen)

Ich freue mich auf Sie!

ernst güntner vitastisch.ch

Rosenweg 16
6314 Unterägeri

Telefon
079 320 17 81

Web
www.vitastisch.ch

Mail
info@vitastisch.ch