



Arbeitsgemeinschaft  
Funktionelle  
Entspannung

# Funktionelle Entspannung Workshops & Veranstaltungen

## **relax refill rechill**

Leitung: Irene Bucheli-Zemp, FE Lehrbeauftragte

Ort: Rothenburg, Schweiz

Termine 2021: Januar / Februar / März / Juni

**STIMME IST MEHR ALS SPRECHEN UND SINGEN**  
[www.buchelly.ch](http://www.buchelly.ch)

# relax refill rehill - Verwirkliche deine Träume

## Leitung / Information / Anmeldung

Irene Bucheli-Zemp - [www.buchelly.ch](http://www.buchelly.ch)  
Dipl.-Logopädin, AAP-Stimmtrainerin, Dozentin,  
NFR-Körpertherapeutin, A.F.E.-Lehrbeauftragte  
[irene@buchelly.ch](mailto:irene@buchelly.ch), +41 079 261 47 84

## Kursbeschreibung

### Funktionelle Entspannung

kennen lernen  
er-innern  
wieder-holen

Erlaube dir, auf spielerische und gehirngerechte Weise deinen Traum oder dein Ziel neu zu (er)finden.

Die Methode der FE arbeitet mit Bildangeboten, die schnell den Zugang zum eigenen Körper finden und wirksam Veränderungen herbeiführen können.

Dabei geht es um Achtsamkeit und den inneren Dialog, um Offenheit und Neugier mit dir selber, um Präsenz.

Als kleine Kinder haben wir über Bilder, Bewegung, Rhythmus und Klänge gelernt, immer verbunden mit Gefühlen.

Die FE knüpft daran an und bringt dich mit den Bildern der Kindheit wieder in Verbindung. Z.B schaukeln, balancieren, rufen, jutzen, singen usw.

## Veranstaltungsort

*roomfeelgood*, Stationsstrasse 12, CH-6023 Rothenburg

## Termine

16. Januar / 13. Februar / 13. März / 12. Juni 2021  
jeweils 09.30 - 17.00 Uhr

**Max. Teilnehmerzahl** 12

**Kosten:** 200 chf / Tag

**Arbeitsgemeinschaft Funktionelle Entspannung**

[www.afe-deutschland.de](http://www.afe-deutschland.de)