

PRAXIS FÜR LOGOPÄDIE Irene Bucheli-Zemp



DAS LEBEN KRÄFTESCHONENDER UND GELASSENER GESTALTEN mit Funktioneller Entspannung

“



Fühlen Sie sich manchmal überfordert, gestresst oder überlastet durch Familie, Beruf, Partner und/oder Kinder? Möchten Sie mit schwierigen Situationen besser umgehen können? Möchten sie verlässlich sein können, ohne unter Druck zu kommen? Dieser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, in einer kleinen Gruppe daran zu arbeiten.

Kursinhalt:

Sie erfahren wie Sie:

- in hektischen Situationen die innere Ruhe wieder finden können
- durch die Arbeit an den Gelenken durchlässiger werden und Verspannungen selber lösen können
- durch die Arbeit an der Wirbelsäule mehr inneren Halt bekommen
- durch das Wahrnehmen der Unterlage an Standfestigkeit und Durchsetzungsvermögen gewinnen
- durch das Wahrnehmen der inneren Räume (Kopf- Brust-Bauch/Beckenraum) mehr Freiraum für sich selber entdecken
- gut für sich selber sorgen können im Spannungsfeld zwischen den berechtigten oder übersteigerten Wünschen und Bedürfnissen Ihrer Kinder und der alten ev. kranken Eltern
- in Anwesenheit von anderen bei sich bleiben können



Diese Arbeit konzentriert sich auf die Bereiche Körperwahrnehmung und Atmung und basiert auf der Methode: Funktionelle Entspannung nach Marianne Fuchs

Kursleitung: Irene Bucheli-Zemp , diplomierte Logopädin
Lehrbeauftragte für Funktionelle Entspannung

Mehr Infos: und Anmeldeformular siehe www.buchelly.ch

Kursdaten: **2012** **Dienstag** 18.00 – 19.30
Januar 10./ 17./ 24.
Februar 28./
März 6. /13./ 27.



”

Kursort: Logopädiepraxis, Eschenbachstrasse 13, 6023 Rothenburg

Kosten: **300.00 Fr.** für den ganzen Kurs
oder 50.00 Fr. pro Abend

Anmelden: bis 30. Dezember 2011
es folgt eine Bestätigung per e-mail

