

ATEM- UND KÖRPERARBEIT

nach Middendorf & Gindler/Goralewski

MIT CLAUDIA FEEST
[Berlin]

27.-29. Juni 2025

9 Stunden Atem- und Körperarbeit

Zwischenraum

Mauerrain 5, 3012 Bern
4 Gehminuten vom Bahnhof

ATEM- UND KÖRPERARBEIT

Die Atem- und Körperarbeit von Claudia Feest beruht auf der Körperarbeit von Elsa Gindler und Frieda Goralewski und auf der atempädagogischen und -therapeutischen Methode von Ilse Middendorf „Der Erfahrbare Atem“.

Durch das Bewusstwerden unseres Atems und die Erlaubnis zu tiefem, inneren Loslassen kann sich im Körper eine ausgleichend wohltuende Spannung entwickeln.

Die Einbeziehung all unserer Sinne in dieser ganzkörperlichen Arbeit erlaubt die Wahrnehmung und Entfaltung unserer inneren Räume sowie unseres eigenen Rhythmus und bewirkt dadurch mehr Vitalität und innere Lebendigkeit.

Der Kurs ist offen für alle Interessierte und lädt sowohl zum Einstieg als auch zur Vertiefung der Praxis ein.



CLAUDIA FEEST

Tänzerin, Choreografin, Bewegungspädagogin, Atem- und Körpertherapeutin sowie staatlich geprüfte Heilpraktikerin mit eigener Praxis in Berlin.

Mitbegründerin und langjährige künstlerische Leiterin der Tanzfabrik Berlin.

Ihre Suche gilt dem Erforschen von Zusammenhängen in westlichen und fernöstlichen Atem- und Bewegungslehren und deren möglicher Einfluss auf zeitgenössischen Tanz.

Sie praktiziert Tai Ji Quan und Qi Gong seit über vierzig Jahren, wurde von Frieda Goralewski an der Schule für Atem, Stimme und Bewegung sowie am Middendorf Institut in Berlin zur Atem- und Körperpädagogin und -therapeutin ausgebildet.

ZEITEN UND KOSTEN FÜR 9 STUNDEN GRUPPENARBEIT MIT KURZEN PAUSEN:

Freitag: 18:00 – 21:00 Uhr
Samstag: 10:00 – 13:00 Uhr
Sonntag: 10:00 – 13:00 Uhr

Kosten: 230.-

ZEITEN UND KOSTEN FÜR 60 MIN. EINZELBEHANDLUNG:

Donnerstag: zwischen 11:00 – 17:00 Uhr
Freitag: zwischen 10:00 – 16:00 Uhr
Samstag: zwischen 14:30 – 18:30 Uhr

Kosten: 120.-

ANMELDUNG UND INFORMATION

per mail: thearytz@hotmail.com
oder SMS / WhatsApp / Signal / Threema an
Thea Rytz: 078 600 33 49
Anmeldung für Einzelbehandlungen per mail –
bitte mit gewünschtem Datum und Zeit

Sobald die Anmeldung von Thea Rytz bestätigt wird,
gilt diese als verbindlich.

BEZAHLUNG

Einzahlung vor Kursbeginn und/oder vor
der Einzelbehandlung:

Überweisung an Thea Rytz, 3012 Bern,
IBAN CH98 0900 0000 3009 3273 4
oder twinten: 078 600 33 49
oder Bezahlung bar bei Kursbeginn