

# Feldenkrais Advanced Training

**Adelheid-Dojo  
Wiesbaden**

mit Angelica Anke Feldmann (Basel)

15. – 17. April 2005

## **Power and Stability- die Funktion des tiefen Bauch- und Beckenraums**

Mit dem Zentrum des Eigengewichts und freiem Atemraum im Becken und der Körpermitte verankert zu bleiben, ist ein zentrales Thema u. a. für die Selbstorganisation in der Funktionalen Integration. Dies erlaubt Anstrengung im Rücken und im Nacken loszulassen und verfeinert den Gebrauch der Hände. Die drei Tage widmen sich der Beziehung von Wirbelsäule und Zwerchfell zum Becken und Beckenboden im Liegen, Sitzen und Stehen.

ATM und FI beziehen sich aufeinander, das eigene Körperbild (self image) und funktionale Zusammenhänge können so in der direkten Erfahrung klarer werden und in der Praxis umgesetzt werden.

## **Angelica Anke Feldmann**

Diplompädagogin, Assistenz Trainerin in internationalen Feldenkraisausbildungen, Dozentin und pädagogische Leiterin der Prisma Schule für Bewegungspädagogik in Bern, freie Praxis für Funktionale Integration in Basel, Seminartätigkeit für Institutionen und Organisationen in Europa.

Anke bringt ihre langjährige Erfahrung in Tanz und Improvisation (Gestaltung) in die Feldenkraisarbeit ein. Diese persönliche Note bereichert ihre Advanced Trainings und macht sie zu einem kreativen und besonderen Lernerlebnis.

Datum: 15. – 17. April 2005  
Zeit: Freitag, 15.30 – 19.30 h Samstag, 10 – 18 h Sonntag, 10 – 15 h  
Ort: Seminarhaus Adelheid-Dojo, Adelheidstr. 82, HH, 65185 Wiesbaden  
Kosten: 220 Euro  
Anmeldeschluss: 31. März 2005  
Anmeldung: Doris Dohse, Breslauer Str. 9, 65307 Bad Schwalbach  
Tel: 06124-721001 fax: 06124-721002  
Email: [ddohse@t-online.de](mailto:ddohse@t-online.de) [www.adelheid-dojo.de](http://www.adelheid-dojo.de)

Bezahlung: bis 5. April durch Überweisung auf folgendes Konto:  
„Doris Dohse, Schule für Aikido u. Feldenkrais“  
Konto 2578 03 607 Postband Frankfurt BLZ 500 100 60

Rücktritt: bis zum 31. März 2005 wird eine Rücktrittsgebühr von 50 Euro berechnet, danach sind die gesamten Trainingskosten fällig.