

# FELDENKRAIS NACHMITTAGE



- 19./ 20.09.25** Ein freier Rücken - eine kraftvolle Mitte  
**24./ 25.10.25** Füsse - Knie - Hüftgelenke: Ein Zusammenspiel  
**29.11.25** Bewegte Ruhemomente für Schultern + Nacken

- Zeit:** Freitagabend 18.30 - 20.30 Uhr, Samstagnachmittag 14.00 - 17.15 Uhr
- ORT:** Praxis für Feldenkrais Therapie, Westbahnhofstr. 6, 4500 Solothurn
- MITBRINGEN:** Bequeme Kleidung und Socken, grosses Tuch für Matte
- KOSTEN:** Freitagabend/ Samstagnami 135 CHF; Samstagnachmittag 85 CHF
- LEITUNG:** Claudia Helbling  
KomplementärTherapeutin mit Branchenzert. Feldenkrais Therapie,  
dipl. Psychomotoriktherapeutin EDK, Lehrerin für Authentic Movement
- ANMELDUNG:** Tel. 079 715 02 42, [info@claudia-helbling.ch](mailto:info@claudia-helbling.ch)
- ANMELDE-  
SCHLUSS:** 1 Woche vor dem Kurstermin. Anmeldungen sind verbindlich.  
AGB siehe Homepage: [www.claudia-helbling.ch](http://www.claudia-helbling.ch)