

# AUTHENTIC MOVEMENT



**ZEIT ZUM EINTAUCHEN IN DIE BEWEGUNG, IN DIE STILLE UND IN DAS,  
WAS DER GEGENWÄRTIGE MOMENT OFFENBART.**

**DATEN:** Samstagnachmittag 14.00 - 17.00 Uhr

**10. Januar | 7. Februar | 18. April | 13. Juni 2026**

**FÜR ALLE DIE** ... ihren inneren Impulsen zu lauschen und ihnen zu folgen

**LUST HABEN:** ... der inneren Lebendigkeit Raum zu geben

... dem Heilen in sich selbst Raum zu geben

... in einen achtsamen Kontakt mit sich selbst und anderen zu kommen

... ihre Wahrnehmung zu verfeinern und präsent zu sein, mit dem was ist

**ORT:** Praxis für Feldenkrais – Therapie, Westbahnhofstr. 6, 4500 Solothurn

**KOSTEN:** CHF 80.– pro Nachmittag

**LEITUNG:** Claudia Helbling

Komplementärtherapeutin mit Branchenzertifikat Feldenkrais Therapie,  
dipl. Psychomotoriktherapeutin EDK, Lehrerin für Authentic Movement

**ANMELDUNG:** Tel. 079 715 02 42, [info@claudia-helbling.ch](mailto:info@claudia-helbling.ch)

Anmeldungen sind verbindlich.

AGB siehe Homepage [www.claudia-helbling.ch](http://www.claudia-helbling.ch)