

THE INNER MOVE

Feldenkrais und Tanz-Improvisation mit live Musik

Bring back the self in
resonance with the
inner and outer space,
through body – mind
exploration.

Atelier mit:

Eveline Noth

Musik

Feldenkrais Lehrerin

&

Michel Casanovas

Tänzer / Choreograph

Feldenkrais Lehrer

Sonntag, 13. September 26

10:00 – 14:00 Uhr

Zwischenraum

Mauerrein 5

3012 Bern

Kosten: 60.–

(Reduktion für Geringverdienende
und Studierende auf Anfrage)

Anmeldung: bis 5. September

spontanes Hinzukommen bei
genügend Platz möglich

Kontakt:

eveline.noth@gmail.com

078 795 39 73

Bewegung
lauschen.
Präsenz leben.
Im Moment
entfalten.

www.feldenkrais-noth.ch

THE INNER MOVE ist eine Einladung,
dich durch achtsame Bewegung,
Körperbewusstsein und Tanz-Improvisation
neu mit dir selbst und deiner Umgebung
zu verbinden.

Im Feldenkrais-Teil erforschst du feine,
sinnliche Bewegungen, die dein
Körperbewusstsein schärfen und
deine Bewegungsgewohnheiten
auf spielerische Weise erweitern.

In der Tanz-Improvisation öffnen
wir den Raum für kreativen Ausdruck,
spontane Bewegung und das
Eintauchen in den Fluss des Moments
– begleitet von live gespielter Musik,
die inspiriert und trägt.

Für alle, die sich mehr Lebendigkeit,
Leichtigkeit und Verbundenheit
wünschen – im Inneren wie im
Äußeren.

*No dance experience needed –
just curiosity and the willingness
to move and be moved.*