

# Feldenkreis-Workshop

---



## Bewegliche Schultern

*Unsere Schultern haben „viel zu tragen.“  
Verspannungen lassen sie fest und unbeweglich werden.  
Wir befreien sie von der Festigkeit und finden  
neue Bewegungsfreiheit.  
Außerdem erkunden wir Zusammenhänge zwischen  
dem Becken und den Schultern,  
und der neuen Balance des Kopfes.*

**Wann:** Samstag, den 13. April 2024  
9:30 bis 12:30 Uhr **oder**  
14:00 bis 17:00 Uhr (nachmittags ausgebucht)

**Wo:** Witteringer Straße 20, 29379 Knesebeck

**Kosten:** 40,00 Euro

**Leitung:** Anette Marandos-Wrede

**Anmeldung:** [www.marandos-wrede.de](http://www.marandos-wrede.de)