

# Fortbildung

---

25.10.2025 14:00 Uhr - 17:00 Uhr

## **Die Feldenkrais-Methode - Lektionen für entspannteres Sehen**

Workshop für bessere Koordination der Augenbewegungen

Die Feldenkrais-Methode als ganzheitliches Lernverfahren kann helfen, Bewegung und Körperhaltung zu verbessern. Auch ohne Vorkenntnisse lässt sich in dem Workshop die nach ihrem Begründer - Physiker, Ingenieur und Judomeister Dr. Moshé Feldenkrais - benannte Methode erkunden. Im Fokus stehen hier die Augen. Durch ausgewählte Feldenkrais-Lektionen kann sich die Koordination der Augenbewegungen verbessern - für ein leichteres, entspannteres Sehen.

Der Nachmittag-Workshop läuft **am Samstag, 25. Oktober.**

**Zielgruppe:**  
Erwachsene

**Termin:**  
25.10.2025 14:00 Uhr - 17:00 Uhr

**Kosten:**  
38,-€

**Veranstaltungsort:**  
Katholische Familienbildungsstätte  
Bahnstraße 26  
55543 Bad Kreuznach  
[www.caritas-rhn.de](http://www.caritas-rhn.de)

**Referent(inn)en:**  
Cornelia Georgus (Physiotherapeutin; Feldenkrais-Pädagogin)

**Ansprechpartner:**  
Jasmin Scherer ([FBS@caritas-rhn.de](mailto:FBS@caritas-rhn.de), (0671) 83828-40)

**Veranstalter:**  
Katholische Familienbildungsstätte

**Veranstaltungsnummer:**  
4.16.1