

Mit
Feldenkrais®



Leichter zum Handicap
z.B. mit mehr
Rotationfähigkeit und
leichten Beinen



„Schmerzfrei leben“
Körperliche und seelische
Herausforderungen
besser balancieren ...



Leichter durch die
Schwangerschaft
mit mehr Beweglichkeit

Feldenkrais®, Funktionale Integration®

Berührende, leichte Bewegungen verändern Ihre
Wahrnehmung und verbessern Ihre individuellen
Möglichkeiten, körperlich und seelisch.



Feldenkrais® kann helfen

– Raum zu schaffen, damit das **Ungeborene** sich mit dem Kopf, der Schwerkraft folgend, nach unten dreht, bereit, aktiv bei der Geburt zu helfen ...



– das **Schreibbaby** ins Gleichgewicht zu bringen ... (Koliken sind u.a. ein Symptom einer Störung der sogenannten Basissinne

1. das motorischen Gleichgewicht – Vestibulum
2. die Haut – taktiler System
3. die Tiefeninformation – Propriozeption)



– die Bewegungsentwicklung im ersten Lebensjahr zu fördern. (**Schulerfolg** ist abhängig von der Qualität der Motorik im ersten Lebensjahr. Der Satz: „Das gibt sich mit der Zeit.“ hat sich selten bestätigt.)



– die **Aufmerksamkeit und Konzentration** zu entwickeln und zu steigern. (Eine gute Körperwahrnehmung ist dafür die Voraussetzung. Siehe: verlag modernes lernen, Dortmund, Ulla Kiesling, Sensorische Integration im Dialog, ausleihbar in der Stadtbücherei Glücksburg)

Ulla Kiesling (Sportlehrerin, Mototherapeutin, Bewegungstherapeutin, Autorin) arbeitet seit über 40 Jahren mit den Kleinsten bereits in der Schwangerschaft und mit Menschen bis ins **Seniorenalter**. Jedes Gehirn kann zu jedem Zeitpunkt lernen.

Auf der Grundlage ihrer Methode „**Sensorische Integration im Dialog nach Ulla Kiesling®**“ verknüpft sie ihr Wissen aus der 10jährigen Ausbildung zum Feldenkrais Assistent Trainer® mit diversen anderen Methoden und Techniken. Ulla Kiesling lernte von Moshe Feldenkrais und seinen ersten 13 Schülern in Israel, Frankreich, Italien, England, USA, Schweiz und Deutschland.

Sie arbeitet aktuell in **Glücksburg** und in Wien.

Terminabsprachen telefonisch Mo und Mi in der Früh zwischen 7 und 7.45 Uhr: 015159204122