

## Bühnenpräsenz mit der Feldenkraismethode®

Diese Entdeckungsreise beginnt in Deinem Körper und zeigt, wie Du – auf der Bühne und im Leben– Deine persönliche Ausdruckskraft verstärkst, das Gespür für den eigenen Körper verbesserst und die Kommunikation mit Deinem Gegenüber (Publikum, Ensemble, Regisseur...) lebendiger machst.

Leichtes, gelenkschonendes Joggen bzw. Walken im Freien sowie Bewusstheit Durch Bewegung® Stunden führen in Deine natürliche Aufrichtung und Du lernst, wie Du mit wenig Aufwand schnell in Deine Körperpräsenz kommst.

Für Menschen aus sprechenden und darstellenden Berufen (SchauspielerInnen, TänzerInnen, Sängerinnen, MusikerInnen, LehrerInnen Vortragende).

Kursleiterin:

**Yarina Gurtner** Freischaffende Schauspielerin, Feldenkrais®-Pädagogin mit den Schwerpunkten: Bühnenpräsenz, Rücken – Fit nach Feldenkrais®, Lläuft wie von SELBST.... Mit der Feldenkraismethode® <http://yarina-gurtnergargas.com/feldenkrais>

<b>BASIC INTENSE 1:</b> MO 14. – MI 16. OKT. 2019 je 09:00 – 13:30 Uhr	<b>EUR 240,-</b>
<b>BASIC INTENSE 2:</b> FR 18. – SA 19. OKT. 2019 je 09:00 – 13:30 Uhr	<b>EUR 160,-</b>
<b>BASIC INTENSE 3:</b> MO 21.– FR 25. OKT 2019 je 09:00 – 13:30 Uhr	<b>EUR 320,-</b>
(ausser DO)	
<b>BASIC COMPLETE 1-3: 2+1 GRATIS</b>	<b>EUR 560,-</b>

**\*\*!! Early Bird Rabatt bis 20. Sept!!\*\***

BASIC INTENSE 1: **EUR 225,-/** BASIC INTENSE 2: **EUR 150,-/**

BASIC INTENSE 3: **EUR 290,-/** BASIC COMPLETE 1-3: **2+1 GRATIS EUR 520,-(statt EUR 720,-)**

**ORT:** *Weekly* – assisted power training, Stubenring 18/4, 1010 Wien

**INFO+ ANMELDUNG:** **Yarina Gurtner** [office@yarina-gurtnergargas.com](mailto:office@yarina-gurtnergargas.com) +43 676 9288415

...weil Bewegungsfreude **LEBENSFREUDE** ist!