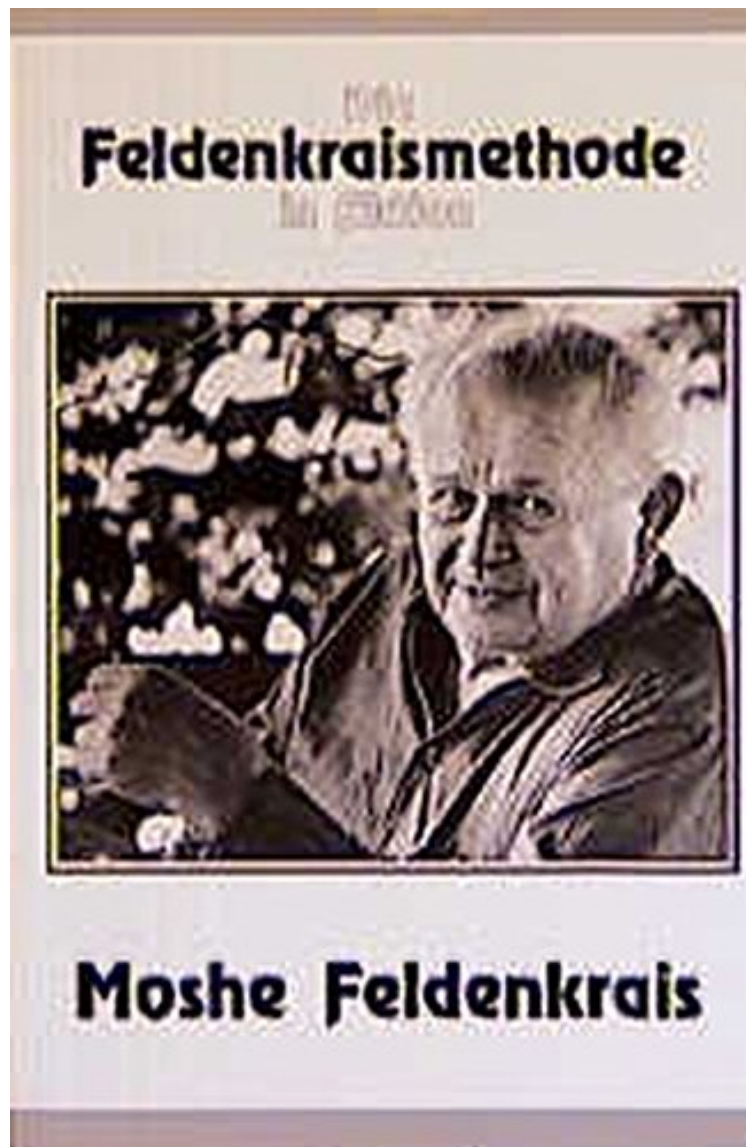


(Free and download) Die Feldenkraismethode in Aktion: Eine ganzheitliche Bewegungslehre

## Die Feldenkraismethode in Aktion: Eine ganzheitliche Bewegungslehre

Von Moshe Feldenkrais

ePub | \*DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrang: #389682 in BcherVerffentlicht am: 1995-06-20Einband:  
Taschenbuch248 Seiten | File size: 46.Mb

**Von Moshe Feldenkrais : Die Feldenkraismethode in Aktion: Eine ganzheitliche Bewegungslehre** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Die Feldenkraismethode in Aktion: Eine ganzheitliche Bewegungslehre:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen11 von 12 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein

Meister bei der Arbeit Von Caroline Das Buch ist die Niederschrift eines mehrtägigen Workshops mit Moshe Feldenkrais. Das ist einerseits sehr spannend, weil auch Nebenbemerkungen niedergeschrieben wurden, andererseits sehr anstrengend zu lesen und in den Bewegungsabläufen schwierig nachzuvollziehen, da der Text nicht gegliedert wurde. (Darum nur die 4 Sterne) 8 von 9 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. neues Körpergefühl Von Emotion Feldenkrais ist wirklich eine fantastische Methode für ein völlig verändertes Körpergefühl. In diesem Buch erfährt man nicht nur die Grundlagen der Feldenkrais-Methode, es ist darüber hinaus noch so humorvoll und reich an Beispielen, dass man einen lebendigen Eindruck davon bekommt, wie Moshe Feldenkrais gearbeitet hat und was die Grundlagen dieser Arbeit sind. Feldenkrais zu lernen ist eine geniale Möglichkeit, selbst etwas gegen Alltagsbeschwerden wie z.B. Rückenschmerzen zu unternehmen. Ich kann nur jedem raten, sowohl die Methode auszuprobieren als auch dieses Buch zu lesen. Einen besseren Einstieg gibt es nicht! 15 von 22 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. so hat er gearbeitet Von Anke Spannend zu lesen, wie Moshe Feldenkrais seine Workshops geführt hat. Interessante Lektionen, bei denen sich auch das Nachmachen lohnt, doch auch die Kommentare von Moshe, seine Art zu reden, zu denken, ist sehr spannend.

über den Autor und weitere Mitwirkende Moshe Feldenkrais (1904-1984) hat die Möglichkeit und Notwendigkeit, die Funktionsweise der menschlichen Motorik zu verändern, wissenschaftlich belegt. Die Übungen der Feldenkrais-Methode haben zum Ziel, die Kontrolle über den eigenen Körper zu verbessern, fehlerhafte Bewegungsmuster zu korrigieren, Spannungen zu reduzieren und die Spontanität zu wecken.