

# Feldenkrais & Yoga Wochenende in Vals GR

## *Entschleunigen – Beschleunigen ...die Bewegung unter dem Aspekt der Zeit*



### **Kursdaten:**

1. Datum: 28. - 30. März 2025
2. Datum: 16. - 19. Okt. 2025
3. Datum: 31. Okt. - 02. Nov. 2025

### **Kurszeiten:**

- Do. bzw. Fr. 16:30-19:00h  
Sa. 10:00-12:30h / 16:00-18:00h  
So. 09:30-12:00h

### **Kurskosten:**

- |                          |            |
|--------------------------|------------|
| 28. - 30. März 2025      | Fr. 200.00 |
| 16. - 19. Okt. 2025      | Fr. 300.00 |
| 31. Okt. - 02. Nov. 2025 | Fr. 200.00 |

**Kursort:** Zentrum Glüs, 7132 Vals

### **Kursleitung:**

Feldenkrais: Erna Furger  
Yoga: Isabelle Zimmermann

### **Auskunft und Anmeldung:**

**Erna Furger**, Valé 173, 7132 Vals  
mobil: 079 505 95 72  
email: [ernafurger@bluewin.ch](mailto:ernafurger@bluewin.ch)  
web: [www.feldenkrais-graubuenden.ch](http://www.feldenkrais-graubuenden.ch)

**Isabelle Zimmermann**,  
Gerzmattstr. 16, 4537 Wiedlisbach  
mobil: 078 200 48 11  
email: [isazimmermann@hotmail.com](mailto:isazimmermann@hotmail.com)

### **Mitbringen:**

Bequeme, warme Bekleidung, Decke, wenn möglich  
Yogamatte (Feldenkrais-  
matten sind vorhanden!)

### **Unterkunft:**

Für auswärtige Teilnehmer-  
Innen, die eine Unterkunft  
benötigen, geben wir gerne  
Auskunft.

### **Buchung:**

Die Anmeldung ist verbindlich.  
Eine Stornierung bis 6 Wochen vor  
Kursbeginn ist möglich. Danach  
werden die Kurskosten verrechnet.

