

Wer unterrichtet die Feldenkrais-Methode  
in Schlehdorf ?

**Margit Bauschke, Missionsdominikanerin**

Krankenschwester, lizenzierte Feldenkraislehrerin,  
international anerkannte Ausbildung (1995-1998)  
bei Mark Reese, Schüler von Moshe Feldenkrais,  
Mitglied im Feldenkrais Berufsverband Deutschland e.V.  
laufende Fortbildungen.

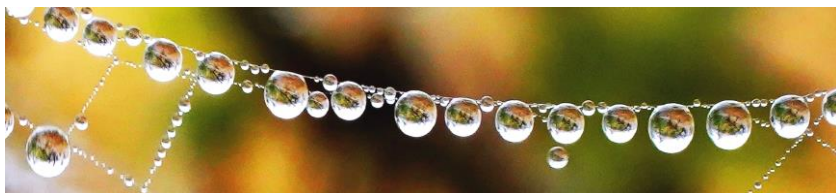
Einzelstunden in Funktionaler Integration®  
nach Vereinbarung

**Sr. Margit Bauschke OP**

**Dominikusweg 9**  
**82444 Schlehdorf**

**Kontoverbindung:**

Missionsdominikanerinnen Schlehdorf  
IBAN: DE48 7035 1030 00001044 30  
BIC: BYLADEM1WHM  
Sparkasse Oberland



## **Lernen mit der Feldenkrais- Methode in Schlehdorf**

Zahlreiche Aufgaben unseres Alltags erledigen wir mit so viel Kraft und Anstrengung, dass es uns erschöpft. Wie bringen wir Leichtigkeit in unser Handeln und bleiben zugleich ausdauernd und konzentriert?

Mit der Feldenkrais -Methode gehen wir einen möglichen Weg. Die mit Achtsamkeit ausgeführten Bewegungen lassen uns spüren und erleben, wie sich Leichtigkeit und Ausdauer verbinden können. Wir lassen überflüssige Anstrengungen los und fühlen uns wohl.

Wir erfahren uns als Menschen, die fähig sind, das zu tun, was uns angemessen ist, das, was uns in unserer Entwicklung weiterbringt.

### **Tageskurse**

**Bewusstheit durch Bewegung ®**

**Samstag, 18. April 2026**

**Samstag, 11. Juli 2026**

**Von 10:00 – 16:00 Uhr**

**Mittagspause: 13:00 – 14:00 Uhr**

**Kursgebühr: 70,00 €**

**Bitte mitbringen: Wolldecke/Matte, Socken**

**Anmeldungen bis eine Woche vorher bei:**  
**Sr. Margit Bauschke O**

**Fortlaufende Feldenkrais-Kurse  
Bewusstheit durch Bewegung®  
2026**

**Montag: Präsenzgruppe**

26.01., 09.02., 23.02.,  
09.03., 16.03., 23.03.,  
19:15 Uhr 72,00 €

**Mittwoch: Präsenzgruppe**

04.02., 11.02., 25.02.,  
04.03., 11.03., 18.03.,  
18:00 Uhr 72:00 €

**Mittwoch: Online/Zoom**

04.02., 11.02., 25.02.,  
04.03., 11.03., 18.03.,  
19:30 Uhr 72:00 €

**Montag: Präsenzgruppe**

08.06., 15.06., 22.06.,  
06.07., 13.07., 20.07.,  
19:15 Uhr 72;00 €

**Mittwoch: Präsenzgruppe**

10.06., 17.06., 24.06.,  
08.07., 15.07., 22.07.  
18:00 Uhr, 72,00 €

**Mittwoch: Angebot Online/Zoom**

10.06., 17.06., 24.06.,  
08.07., 15.07., 22.07.  
19:30 Uhr, 72,00 €

Die Teilnahme an einem einzelnen Termin kostet 15 €.

Bitte mitbringen: Wolldecke/Matte, Socken  
Kopfunterlage (Handtuch)

Anmeldung bis eine Woche vor Kursbeginn bei:  
Sr. Margit Bauschke, Dominikusweg 9, Schlehdorf  
Tel.: 08851 181 110 mobil: 0151 24163283  
E-Mail: [margit.bauschke@schlehdorf.org](mailto:margit.bauschke@schlehdorf.org)  
Homepage: [www.schlehdorf.org](http://www.schlehdorf.org)  
<https://schlehdorf.org/kurse.html>

