

Studio Mosaico - Secondo semestre 2022

Metodo Feldenkrais®

13 lezioni collettive di Consapevolezza Attraverso il Movimento®
con Johanna Hupfer

Il corso è strutturato in 2 cicli che si completano uno con l'altro.
Tuttavia i cicli possono anche essere seguiti singolarmente.

Il corso si svolge IN PRESENZA (massimo 8 partecipanti)

Può anche essere seguito via online (zoom).

Potete fare una lezione di prova e decidere in seguito se volete iscrivervi al corso.

Gruppo 1, Lunedì 08:30 – 11:00, inizio 12 settembre
Gruppo 2, Martedì 19:00 – 20:30, inizio 13 settembre
Gruppo 3, Giovedì 10:15 – 11:45, inizio 15 settembre

Gruppo 1

primo ciclo, 7x: settembre: 12 / 19 / 26 ottobre: 03 / 10 / 17 / 24
secondo ciclo, 6x: novembre: 07 / 14 / 21 / 28 dicembre: 05 / 12

Gruppo 2

primo ciclo, 7x: settembre: 13 / 20 / 27 ottobre: 04 / 11 / 18 / 25
secondo ciclo, 6x: novembre: 08 / 15 / 22 / 29 dicembre: 06 / 13

Gruppo 3

primo ciclo, 7x settembre: 15 / 22 / 29 ottobre: 06 / 13 / 20 / 27
secondo ciclo, 6x novembre: 10 / 17 / 24 dicembre: 01 / 15 / 22

Costo

abbonamento da 7 incontri (90 min) Fr. 231.00

abbonamento da 6 incontri (90 min) Fr. 198.00

abbonamento flessibile da 3 incontri (90 min) Fr. 117.00
valevole per un ciclo

abbonamento flessibile da 6 incontri Fr. 234.00
valevole per l'intero corso dal 12.9. al 22.12.2022)

lezione di prova (90 min) Fr. 10.00

Sono previsti sconti per studenti, minorenni, disoccupati e su richiesta

Iscrizione presso Johanna Hupfer, mail: jhupfer@feldenkrais-mosaico.ch
per favore indicare la modalità: in presenza o online

L'iscrizione è vincolante.

Info Tel. 079 337 15 84 / mail: jhupfer@feldenkrais-mosaico.ch

Studio Mosaico - Secondo semestre 2022

Metodo Feldenkrais®

13 lezioni collettive di Consapevolezza Attraverso il Movimento®

con Johanna Hupfer

- Recupero** dal 12 settembre al 22 dicembre 2022 c'è la possibilità di recuperare lezioni mancate partecipando a un altro gruppo (gruppo 1,2 o 3)
- Requisiti** abbigliamento comodo (pantaloni), cuscinetto, coperta durante l'inverno: maglione, calze di lana
- pagamento** a) in contanti **all'inizio** del corso
b) oppure sul conto bancario **prima dell'inizio** del corso
Banca Raiffeisen Lugano / IBAN: CH10 8080 8006 6542 8974 6
CCP 69-9762-5
Johanna Hupfer, Via Cai 21, 6979 Brè

Dal 2006 Studio Mosaico di Johanna Hupfer, fisioterapista, insegnante Feldenkrais®
Tel. 079 337 15 84 / mail: jhupfer@feldenkrais-mosaico.ch, www.feldenkrais-mosaico.ch

Via Monte Brè 9, 6900 Lugano

a partire dal 1 ottobre 22: Centro "inEquilibrio" di Lorna Fasano

Via Molinazzo 4A, 6962 Viganello