

# Die menschliche Hand

## Feldenkrais mit Doris Dohse



**Zeit:** Sa, 20. Juli von 15 bis 19 Uhr  
So, 21. Juli von 11 bis 14 Uhr

**Ort:** Adelheid Seminarhaus,  
Adelheidstraße 82 (Hinterhaus), Wiesbaden

**Kosten:** 95,- EUR  
**Anmeldeschluss:** 10. Juli 2013

Ausgehend von den Händen, erforschen wir die Verbindung der Arme in den Oberkörper. Beschwerden wie Tennisellbogen, gefrorene Schultern oder Mausarme können mit diesen Bewegungsexperimenten vorgebeugt oder gelindert werden. Wir lernen über die Struktur, Anatomie und Funktion der Hand und beleuchten unsere Art zu greifen, schieben, nehmen und gestikulieren.

Doris Dohse: Feldenkrais-Pädagogin, Assistenz-Trainerin, Aikido-Lehrerin und Tango-Tänzerin. Sie leitet die Schule für Aikido und Feldenkrais in Wiesbaden und assistiert in Feldenkrais-Ausbildungen.