

FÒRUM.ad

FibroLleida Alt Urgell organitza sessions pràctiques de “fendelkrais” aquest mes de febrer

31/01/17 16:30

Redacció

Pirineu

[Leave a reply](#)

La delegació de l'Alt Urgell de l'associació FibroLleida organitza un programa de classes pràctiques de feldenkrais que tindran lloc cada dilluns del mes de febrer al Palau d'Esports de la Seu d'Urgell. Les sessions, que tindran una hora de durada cadascuna, de 7 a 9 del vespre, seran impartides per la fisioterapeuta Dolors Aloy.

L'essència del mètode fendelkrais es troba en la interacció entre sèries de moviments coordinats i l'aprenentatge sensomotòric individual que va desenvolupant la persona a través d'una profunda presa de consciència del seu propi cos.

Les persones que vulguin participar en aquestes classes hi han de dur roba còmoda, manta i coixí i han d'evitar posar-se perfum. L'activitat compta amb el suport del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya i la col·laboració de l'Ajuntament de la Seu d'Urgell, el Consorci d'Atenció a les Persones de l'Alt Urgell (CAPAU) i Flors La Serra.