



Frankfurt, 08. August 2017

Endspurt und Neustart

was verbinden Sie mit „Endspurt“?
Gibt's manchmal einen bei Ihnen?
Vielleicht sogar jede Woche Richtung Wochenende?
Eher mit Stress verbunden?



Dann gönnen Sie sich eine Pause und kommen Sie zu meinem Jubiläumsfest an einem Freitag abend - die beste Vorbereitung aufs Wochenende. Und den Endspurt habe ich jetzt bis dahin - wir streben mit allen Kräften auf die Ziellinie zu, die gleichzeitig ein Neustart ist.

Das Jubiläum: 15 Jahre Studio für Alexander-Technik in Frankfurt

Darauf zielt der Endspurt. Ich bin erstaunt, wie schnell 5 Jahre vergehen. Vielleicht waren einige von Ihnen beim 10jährigen dabei - Sie dürfen natürlich jetzt wieder kommen :-). Ich freue mich schon auf Sie. Und bringen Sie FreundInnen und Bekannte mit.

Wir feiern mit einem kleinen Programm: es gibt Lustiges, Leckeres und Lernbares in einem kleinen Workshop. Sie dürfen etwas mit nach Hause nehmen und zu gewinnen gibt es auch etwas.

Mehr verrate ich nicht - Überraschungen sind schöner :-)
Ich freue mich auf Ihre rechtzeitige Zusage bis 5. September

Der Neustart: die AT-Schule S.E.L.F.

Endlich in Frankfurt: am 15. September ist der offizielle Start der neuen Schule für Alexander-Technik. Der weiße Fleck auf der AT-Landkarte verschwindet und ab jetzt kann man auch in dieser Stadt eine Ausbildung zum/zur LehrerIn für Alexander-Technik mit der Möglichkeit eines Zertifikates bei Alexander Technique International (ATI) machen.

Es ist aufregend, so ein neues Projekt anzugehen, das Unterrichten macht mir sehr viel Freude und ich lerne eine Menge - über mich selbst und durch die Teilnehmer.
Wer interessiert ist, kommt zum Jubiläum - dort werden Susanne und Sebastian, die seit der Probephase dabei sind, berichten.
Oder Sie schreiben mir eine Mail oder rufen mich an (069-98 66 35 46).
Übrigens: was S.E.L.F. bedeutet, verraten wir auf dem Jubiläumfest!



Golf - High Heel – Lebensqualität Meine Kursangebote

• Koordiniertes Golfspiel durch Alexander-Technik am 16. September

Geschmeidigkeit in den Bewegungen, mehr Präzision im Schwung und mehr Freude am Spiel werden ein Erlebnis sein, das Sie nicht mehr missen wollen. Mit Alexander-Technik lernen Sie auf einzigartige Weise, körperliche Selbstwahrnehmung und konstruktives Selbstmanagement gewinnbringend einzusetzen.

Eine Teilnehmerin schreibt über ihre Erfahrung: "Dein AT-Seminar für Golfer am 1. Juli hat mir sehr viele neue Erkenntnisse gebracht, für die ich Dir danken möchte."

Das Seminar findet zusammen mit Golf-Pro Robert Schmalfuß im Golfclub Friedberg statt. Alle Informationen finden Sie bei den Veranstaltungen auf meinem XING-Profil.

• Gelassenheit und Lebensqualität: die AT-ff. Abende

Ab September wird es wieder einmal monatlich die AT-Gruppe geben.

Die Prinzipien vertiefen, für sich neu entdecken, auf Alltagssituationen und eigene Fragestellungen anwenden. [Für Info hier klicken](#) [Für Anmeldung hier klicken](#)

Mo, 18.09. 2017; Mo, 16.10. 2017; Do!, 13.11. 2017; Mo, 11.12.2017; Mo, 15.01. 2018

• Der High Heel Kurs in Frankfurt (1.9.) und Iffezheim (2.9.)

Er erfreut sich immer wieder begeisterter TeilnehmerInnen und ist auch dieses Jahr wieder beim Ladies Day der Großen Woche auf der Galopprennbahn in Iffezheim dabei.

Ich freue mich sehr auf diese Termine und alle neugierigen Damen, die dabei sein wollen. Alle Infos gibt's auf meiner Internetseite unter Termine.

Das Zitat darf ja nicht fehlen in meinen Rundbrief :-)

Es macht mir immer Freude, eines zu finden, das für meine LeserInnen anregend sein kann. Diesmal ist es eines, das ich mit eigenem Erleben verbinde und dabei immer wieder den Nutzen und die Wirkungsweise der Alexander-Technik-Prinzipien entdecke. Erfrischend, belebend und meine Neugierde fördernd.

**Du bist Deine eigene Grenze,
erhebe Dich darüber.**

Hafis (ca. 1315-1390, persischer Dichter)

GABRIELE BREUNINGER

Elegante Lösungen fürs Leben

Coaching, Alexander-Technik, Farb-/Stilberatung



Wenn Sie bis hierher gelesen haben, noch zwei Dinge:
vielen Dank für Ihre Ausdauer beim Lesen
und:
melden Sie sich an zum Jubiläum!!

Herzliche Grüße und bis bald
Ihre
Gabriele Breuninger

"Elegante Lösungen fürs Leben"



Photo rechts oben:
Foto „Start/Finish line at Malin Head“ von David Jones unter **CC BY 2.0**