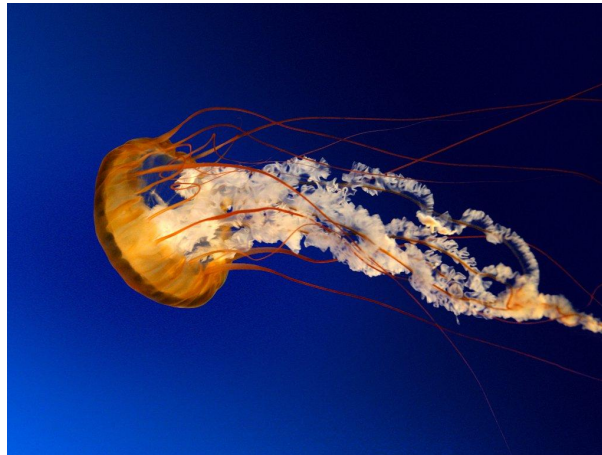


FREITAG - SPECIAL:

TRAGER® Oase
SOMATIC well-being
zum Kennenlernen



RAUM FÜR
KÖRPERBEWUSSTSEIN
KÖRPERARBEIT _ BEWEGUNG _ TANZ



Eine Einführung in diese sanfte Methode mit Körper- und Bewegungs-Wahrnehmung, praktischen Übungen und achtsamer Berührungsarbeit. Wir können uns neu spüren im Bewegungs-Flow, dabei auftanken und Blockaden auflösen. Der Energiefluss in den Meridianen und Organen wird angeregt und die eigene Körperintelligenz kann aktiviert werden. Die Verkörperung der Prinzipien des TRAGER® Ansatzes lässt uns das Erlebte leicht in den Alltag integrieren.

Themen im Herbst / Winter 2016

30.09.2016 Dynamischer Beckenboden – Aktive Hilfe für Frauen jeden Alters

28.10.2016 Körperaufmerksamkeit – Klarheit & Präsenz

18.11.2016 Wohlgefühl für die Füße – Balance und Leichtigkeit

02.12.2016 Körperreisen – Tiefenentspannung & Regeneration

Es sind alle Menschen eingeladen, die Lust und Freude haben, etwas Neues kennenzulernen und auszuprobieren!
Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mitbringen.

Kosten: 40,- € pro Termin
Bei Mehrfachbuchung 10 % Nachlass!

Ort: Tajet Garden, Alteburger Str. 250, 50968 Köln

Anmeldung: Roswitha Klein, Tel: 0221-26137360

E-Mail: info@koerperbewusstsein-koeln.de

www.koerperbewusstsein-koeln.de



Roswitha Klein

Tanz- und Bewegungspädagogin
Integrative Körpertherapeutin