

**FREITAG - SPECIAL:
TRAGER® Oase
SOMATIC Well-being
zum Kennenlernen**


**RAUM FÜR
KÖRPERBEWUSSTSEIN**
KÖRPERARBEIT _ BEWEGUNG _ TANZ



**Eine Einführung in die sanfte TRAGER® 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:	März – Juli 2017 jeweils von 19.00 – 21.00 Uhr
03.03.2017	Dyn. Beckenboden – Kraftvoll und tragend
07.04.2017	Körperaufmerksamkeit – Klarheit & Präsenz
05.05.2017	Organe in Bewegung – befreiter Rücken
02.06.2017	Körperreisen – Tiefenentspannung, einfach SEIN!
07.07.2017	Die tanzende Wirbelsäule – Bewegungs-Genuss

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

In Kooperation



Tajet Garden
Zentrum für Körper und Energie