

Bewegung aus der Stille

Authentic Movement zum Kennenlernen

Workshop mit Christiane Steigerwald am 9.10. 26

Mit geschlossenen Augen in sich hinein lauschen, den Körperimpulsen folgen, sie entfalten in Bewegung oder Stille.

Im Anschluss aus der lebendigen Erfahrung heraus den Prozess im geschützten Rahmen reflektieren.

So kann ein tieferes Vertrauen in die Weisheit unseres Körpers, in uns selbst und letztlich in das Unbekannte wachsen.

Für Authentic Movement sind keine Vorkenntnisse oder körperlichen Fähigkeiten erforderlich. Wesentlich ist der Wunsch, sich tiefer auf sich selbst einzulassen.

Freitag, 9.10. 26 14.00 bis 18.00 Maximal 6 - 8 TN
(weitere Termine in Planung)

Tanzwerk, Wilhelmstr.10 Heidenheim

Kosten: 30 €

Anmeldung unter 07324/ 9833500
christiane.steigerwald@posteo.de

Christiane Steigerwald, Allgemeinärztin/Homöopathie
Langjährige Tanzwegbegleitung u.a. bei Wilma Vesseur
Prozessorientierte Psychotherapie
Authentic Movement in Ausbildung