

**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.

September - Dezember 2018 von 19.00 – 21.00 Uhr

Themen:

21. September

Die tanzende Wirbelsäule - Bewegungs-Genuss

19. Oktober

Organe in Atmung & Bewegung erleben

16. November

REFLEX RESPONSE - Ausgleich der Muskelschlaufen

14. Dezember

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



Roswitha Klein

Tanz- und Bewegungspädagogin
Integrative Körpertherapeutin

Anmeldung:

Roswitha Klein, Tel: 0221-26137360

E-Mail:

info@koerperbewusstsein-koeln.de
www.koerperbewusstsein-koeln.de