

Innehalten, zur Ruhe kommen, ins Innere des Körpers spüren und dabei Neues erfahren

Focusingorientierter Workshop Sonntag 15. September 2024

In unserem meist hektischen Alltag geht die Verbindung zum subtilen inneren, körperlich gefühlten Wissen verloren oder zeigt sich in diffusen und unbenennbaren Gefühlen.

In diesem Workshop bekommst du den Raum und die Möglichkeit, diese Verbindung wieder herzustellen. Dabei wirst du das tiefe Körperwissen näher erforschen und dadurch zu mehr Klarheit finden.

Zeit: Sonntag, 15.9.24 von 9.30 bis 17.30 h
Ort: Dach-Raum Remund, Güterstr. 22, 3150 Schwarzenburg
Kosten: Fr. 180.—
Voraussetzung: Experimentierfreude und Interesse

Anmelden:

Monika Stutz: praxis@monika-stutz.ch oder 031 731 19 39
www.monika-stutz.ch oder www.bildungsfreiraum.ch
Barbara Krähenbühl: krabakraba@gmail.com oder 079 831 23 21 www.krabafocus.ch