Institut für Coaching & Achtsamkeit

Sinnergie

Neujahrs-Workshop

„Raus aus dem Kopf - ins Fühlen kommen - das Neue einladen“

am Sonntag 26.01.2020 von 10 bis 12:30 Uhr

Neujahrsvorsätze entstehen meist im Kopf. Wie wäre es, etwas Neues aus dem Herzen heraus einzuladen?
In diesem Workshop habt Ihr Raum ins Fühlen zu kommen, Euch im Augenblick wahrzunehmen
und zu spüren, wo Ihr gerade steht. Von dort aus gehen wir auf eine Körperreise und der Frage nach,
welche Qualitäten Euch ausmachen und wie Ihr sie finden und mit neuer Energie aufladen könnt.
Wir nutzen die Kraft von Berührung und Bewegung, um das Neue entstehen zu lassen,
bewusst zu fühlen und mit ins neue Jahr zu nehmen.

Anmeldung:

Bernadette Müller-Elmau, Trager Praktikerin
0175-2232728, kontakt@koerper-spielraum.de
koerper-spielraum.de

Doris Bergmann, Pantarei Praktikerin
info@dorisbergmann.com
dorisbergmann.com

Kosten pro Person: 30 Euro (Frühbucher bis 12.01.2020), danach 40 Euro

www.sinnergie-ev.com