

Tagesworkshops

Explore embodiment

Neugieriges Erkunden und Entdecken des eigenen Körpers - in Kontakt kommen mit sich selbst - im Hier und Jetzt ankommen

In einem sicheren Rahmen in einer kleinen Gruppe erkundest du mit **freiem Bewegen/Tanzen, Malen** und anderen **Körper- und Wahrnehmungsübungen** spielerisch einen Körperbereich und entdeckst, was dort schlummert und mit dir in Kontakt kommen möchte.

- 17. September - Beine und Füße**
- 15. Oktober - Arme und Hände**
- 12. November - Wirbelsäule und Brustkorb**
- 10. Dezember - Becken und Bauchraum**

10:15 - ca. 16:10

In einem Raum nahe vom Bahnhof Männedorf
& in der Natur

Weitere Infos:

www.annaspaeh.com

spaehanna@gmail.com

079 128 1557

Ich freue mich auf dich!

