

Meinen Standpunkt finden – aus meiner Mitte leben

Oasentag mit Feldenkrais und Gestaltarbeit

Täglich begegnen uns Situationen, Themen und Menschen, die unseren Standpunkt und unser Stehvermögen herausfordern. Was hilft mir, meine Werte zu spüren und eine innere Haltung zu finden, die von Respekt und Flexibilität geprägt ist?

Die Feldenkrais Methode unterstützt uns dabei, in unserem Körper anzukommen und unsere Mitte zu finden. Die kreativen Methoden der Gestaltarbeit stärken das Vertrauen in die eigenen Handlungs- und Wandlungsfähigkeiten.

Leitung: Marion Mauer-Diesch, Theologin und Gestalttherapeutin (HP Psychotherapie)
Frauke Burmester, Physiotherapeutin und Feldenkraispädagogin

Wann: Samstag, 19.10.2024, 14 bis 18 Uhr

Ort: Schwungrad, Ludwig-Thoma-Straße 12 85521 Ottobrunn, Anfahrt mit S7 möglich, Haltestelle Ottobrunn, ca. 5 min <https://schwungrad.net>

Kosten: 44 € (inkl. Getränke)

Information und Anmeldung:

Marion Mauer-Diesch, Tel. 089/66006874, E-Mail: gestaltpraxis@mauer-diesch.de
gestaltpraxis.mauer-diesch.de

Frauke Burmester, Tel. 089/ 66002176, E-Mail: frauke.burmester@t-online.de
feldenkrais-ottobrunn.de

Foto: cella-sankt-benedikt.de

