

Workshop: Bodybliss – Körper-Glück-Seeligkeit Der Tanz des Herzens

In diesem Workshop geht es um die Polarität des Atems, um die heilsame Wirkung von Klang und Stimme und um den Tanz des Herzens.

Dabei steht zunächst das Wiedererlangen eines gesunden Rhythmus zwischen herzstärkender Aktivität und erholsamer Regeneration im Vordergrund. Körperliche Anspannung und emotionaler Stress werden verarbeitet und die in uns innewohnenden Selbstheilungskräfte geweckt. Daraus entfalten wir die Fähigkeit zur inneren Achtsamkeit und einer liebevollen Präsenz, die im feinsinnlichen Erleben ruht.

Ein aus dem Herzen heraus lauschender Körper ist auf natürliche Weise mit dem Leben verbunden und offen für die Realität so wie sich diese im Hier und Jetzt zeigt.



Workshop, Samstag, 24. März, 11:00 – 19:00 Uhr

Ort: Yoga Shala Innsbruck, Andreas Hofer Straße 13, zw. Billa u. Bipa, Innsbruck

Info u. Anmeldung: Ruth Frömpter, Tel. 0664 57 64848, www.rolfingrf.at

Kosten: 95,00 Euro, Anmeldeschluss: 14.3. 2012, bei hoher TeilnehmerInnenzahl erfolgt am Kurstag eine Kostenreduzierung; vorerst bitte die angegebene Summe einzahlen.

Einzahlung: Ruth Frömpter, Hypo Tirol Bank, BLZ 57000, Konto: 220 491 526

Vortrag, Freitag, 23. März, 19:30 Uhr

Ort: Andreas-Hofer-Straße 40, 2. Stock, Praxisgemeinschaft, Rolfing® Strukturelle Integration

Kosten: 7,00 Euro

Referentin und Workshopleiterin

Divo kann über ihre Körperarbeit hervorragend und berührend sprechen, sie verleiht der Verbindung von Körper-Glück-Seeligkeit, dabei Sinn und Bedeutung.

Als Bewegungslehrerin und Körpertherapeutin begleitet sie seit über 20 Jahren Frauen und Männer in Einzelcoachings und in Gruppen. Bewegende Themen in Workshops, Retreats und Ausbildungen: kreatives Körperbewusstsein, der Segen von Sinnlichkeit und das Entfalten zu einem erfüllten Selbst. Divo ist eine der wenigen autorisierten Continuum Lehrerinnen in Europa, Somatic Experiencing Praktikerin und besuchte Weiterbildungen in körperorientierter Psychotherapie nach Hakomi und Al Pesso. Ihr Studio ist in München, www.bodybliss.de.