



Nach Herzenslust ...

sich spüren, bewegen und den eigenen Ausdruck finden

Wir laden Dich ein, Deine Energiequellen und Dein Potenzial genauer kennenzulernen und für Dich zu nutzen. In unseren Kursen nehmen wir uns die Zeit und die Gelassenheit, die uns im täglichen Leben oft abhandenkommen. Wir zeigen Dir unterschiedliche Methoden, die Dir helfen, in Deinem Zentrum zu bleiben und aus Deiner Kraft zu schöpfen. So kannst Du auch zuhause Reserven aufbauen, um Deinen Alltag mit mehr Leichtigkeit zu meistern. In Gruppen- und Einzelarbeit wirst Du Zeit haben, Dich über Tanz und Bewegung, Meditation und Entspannung zu erleben...

...nach Herzenslust!



Edith Sucker
Psychotherapeutische
Tanztherapeutin,
HP für Psychotherapie

Tanzen ist für mich eine Quelle des persönlichen Wachstums. Jenseits aller Idealvorstellungen von Tanz finde ich in der freien Bewegung zu mir selbst und zu meinem persönlichen Ausdruck. Durch Tanz öffnet sich mir ein Raum zum Erspüren meiner Befindlichkeiten und meiner Bedürfnisse. So kann ich Tanz und Bewegung nutzen, um Energie zu bündeln und zu mobilisieren.



Kerstin Walkowiak
Physiotherapeutin,
CranioSacraltherapeutin,
HP für Physiotherapie
HP (gr. Heilpraktiker)

Ich betrachte den Körper als Resonanzboden für all das, was wir sind. Deshalb ist es mein Anliegen, Menschen dabei zu begleiten, mehr Bewusstsein für ihren Körper zu entwickeln und damit einen Weg in die Mitte zu sich selbst zu finden. Dies geschieht ganz individuell, z.B. über Bewegung, Entspannung, Erspüren, Wahrnehmen und Reflektieren. Damit fördern wir unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden.

Wandel – Kreation 2018

Wandel findet immer und überall statt. Doch auf welche Wandlungsprozesse hast Du Einfluss, bzw. möchtest Du Einfluss nehmen?

Zur Erforschung Deines persönlichen Wandels hast Du in unserer Workshop-Reihe den nötigen Spielraum.

Nach dem Motto „mein Körper – meine Schatzkiste“ betrachtest Du das Thema Wandel von innen heraus und kannst auf diese Weise mehr über das Zusammenspiel von Körper, Bewusstsein und Gefühlsleben wahrnehmen. Diese Erfahrungen helfen Dir, ein tieferes Verständnis zu erlangen und selbstbestimmt Wandlungsprozesse zu kreieren.

Die einzelnen Termine können unabhängig voneinander gebucht werden.

Preis: 1 Termin **50 € / je 40 €** bei Buchung aller drei Termine

Ort: Physiotherapiepraxis Mollhagen, Fasanenweg 15, 22964 Steinburg

Sa 24.02.2018

10-14 Uhr

Über den Kontakt mit unserem Beckenraum beschäftigen wir uns damit, wie wir unser Urvertrauen stärken und durch loslassen unseren Wandel aktiv begünstigen können.

Sa 21.04.2018

10-14 Uhr

Über die Beschäftigung mit unserem Brustraum schauen wir uns an, wie Wandel durch unsere Herzenergie beflügelt und nach außen getragen werden kann.

Sa 23.06.2018

10-14 Uhr

Über unseren Bauchraum treten wir in Kontakt zu unserem Energiezentrum Solarplexus und betrachten wie kraftvoll der Wandel gestaltet werden kann.

Nach Herzenslust

Gerne informieren wir Dich über unsere aktuellen Angebote:

Edith Sucker
04534-291561
edith.sucker@web.de

Kerstin Walkowiak
Praxis für Physiotherapie
04534-204040
Info@physio-mollhagen.de

Sich spüren, bewegen und den eigenen Ausdruck finden