

Rio Abierto Intensiv - Mein Körper als Verbündeter

23., 30. September, 07., 14., und 21. Oktober 2020

COVID hat sichtbar gemacht, dass unsere Gewohnheiten, Sicherheiten und Gewissheiten so schnell vorbei sind. Was brauchen wir wirklich? Welchen Halt finde ich in mir und wie kann ich leben, wenn von außen die Sicherheiten wegbrechen? Welche Ressourcen habe ich in mir?

Was will von mir gelebt und erfahren werden? Niemand kann mir die Verantwortung, die ich für mich selbst und das Leben habe abnehmen. Dies bedeutet wahre Befreiung. In diesem Kurs werden wir all diesen Themen begegnen und die Wurzeln der vielfältigen Ängste anschauen und die Kraft, die dahinter liegt „freischaufeln“

Kursziel:

Über Bewegung mit Musik – alleine und in der Gruppe sich wahrnehmen

Kurszeiten:

5 Termine,

21. September, 30. September, 07. Oktober, 14. Oktober, 21. Oktober 2020, jeweils von 19:00 bis 21:00 Uhr

TERMINE AUCH EINZELN BUCHBAR!

Referentinnen:

Sonja Seppi, Brunhilde Kerschbaumer

Zielgruppe:

Alle Interessierten und Berufsgruppen

Ort:

AZW Innsbruck, Innrain 98, 6020 Innsbruck

Preis:

Lt. Webseite

Info und Anmeldung:

Sekretariat eufag, +43 (0) 664 63 40 800, info@eufag.com